A Arte e o Desenvolvimento Criativo da Criança e do Jovem

E-Book de práticas artísticas aplicadas no âmbito do **Programa Escolhas - 9.ª Geração**

REPÚBLICA PORTUGUESA
CULTURA, JUVENTUDE E DESPORTO
INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE
PESSOAS 2030
ALGARVE 2030
PORTUGAL 2030
Cofinanciado pela União Europeia

A ARTE E O DESENVOLVIMENTO CRIATIVO DA CRIANÇA E DO JOVEM

E-book práticas artísticas aplicadas no âmbito do Programa Escolhas – 9ª Geração

Organização e Coordenação

Divisão de Programas Sociais Norte e Centro

Divisão de Programas Sociais da Região de Lisboa e Vale do Tejo, Sul e Regiões Autónomas

Departamento de Programas de Juventude

Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

Colaboradores

AL-04 Monte Dentro - E9G [Montemor-o-Novo]

AL-05 Projeto ST - E9G [Odemira]

AL-08 Universo das Oportunidades - E9G [Portalegre]

AL-09 BORBA2i - Integrar e Incluir - E9G [Borba]

AL-11 AventurArte - E9G [Moura]

AL-12 AmanhArte - E9G [Évora]

AL-16 Shave - E9G [Beja]

ALG-01 Mud@ki - E9G [Loulé]

ALG-02 No Coração do Bairro - E9G [Portimão]

ALG-05 Está do AÇO - E9G [Lagos]

ALG-08 HART Lagoa - E9G [Lagoa]

C-03 Quero Ser Mais - E9G [Covilhã]

C-04 Nós com os Outros - E9G [Castelo Branco]

C-09 N'Ritmos - E9G [Albergaria-a-Velha]

C-12 CRIATEIXO - E9G [Covilhã]

C-14 JUMP - E9G [Belmonte]

C-15 Sem Diferenças - E9G [Figueira da Foz]

C-16 Cool@rt - E9G [Tomar]

C-17 3CE´S – Cidadania, Educação, Emprego - E9G [Pombal]

C-18 Redes na Quint@ - E9G [Leiria]

C-20 Giro ó Bairro - E9G [Leiria]

C-23 Tu Fazes Parte - E9G [Mortágua]

L-12 Eu amo Sac - E9G [Loures]

L-18 TT-TeiaTrampolim - E9G [Setúbal]

L-31 Este País é Para Tod@s - E9G [Almada]

L-42 UniBairro - E9G [Montijo]

L-43 BANTU a Crescer - E9G [Almada]

L-47 Artes à Escolhas - E9G [Alcochete]

L-51 Futuro Na Nós Mó - E9G [Amadora]

N-03 Academia d'Ouro - E9G [Gondomar]

N-04 Pontes de Inclusão - E9G [Bragança]

N-05 Raiz - E9G [Porto]

N-06 Seixo em Ação - E9G [Matosinhos]

N-19 GerAção em Rede - E9G [Castelo de Paiva]

N-21 Geração Tecla - E9G [Braga]

N-22 Cercar-te - E9G [Porto]

N-23 Cercar-te no Lagarteiro - E9G [Porto]

N-33 Vi(r)agem - E9G [Gondomar]

N-35 Escolhas com Futuro - E9G [Gondomar]

N-42 A Escolha É Tua! - E9G [Gondomar]

N-44 Percursos (De)talhados - E9G [Paços de Ferreira]

N-56 B! Equal - E9G [Braga]

Entidade Promotora

Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

Edição

IPDJ, I.P. novembro @ 2025

Este e-book foi desenvolvido com o objetivo de partilhar práticas artísticas e criativas no âmbito do trabalho com crianças e jovens, promovendo o intercâmbio de experiências e metodologias entre profissionais da área da infância e juventude.

“Os processos artísticos são caminhos de descoberta. Questionando as realidades interiores e exteriores, as formas de arte trazem ferramentas para compreender como nos situamos no mundo — para questionar, refletir, apreciar, criar, avaliar e agir.”

Melanie Sarantou, Acting on the Margins

Índice

Nota Introdutória 7

Benefícios da criação artística para o desenvolvimento criativo da criança/ jovem 8

Artes Dramáticas 16

#01 À janela, entre vizinhas! 17

#02 Celebrando defeitos e qualidades com o Entrudo 20

#03 Crio e Confio 23

#04 Leituras com Palco 26

#05 Luzes d'Ouro 29

#06 Teatro das Emoções 32

Artes Escritas 35

#07 Contos de Natal 36

#08 Poesia a Duas Mãos 39

#09 Poesia em expansão 42

#10 Ser Cigano... Uma História 45

Artes Musicais 48

#11 Vozes que Escolhem 49

Artes Visuais 52

#12 A Camisa do Pai 53

#13 Arte que Renasce 56

#14 Borboletas Encantadas 60

#15 Carimbos da Floresta 63

#16 Colagens do Eu 66

#17 Coração de Mãe 69

#18 Cores da Resistência: a arte que une 71

#19 Cravos da Liberdade: memórias de Abril 74

#20 Dentro de Mim 77

#21 E depois do Rabisco! 80

#22 Gente Grande Nas Mãos Pequenas! 82

#23 Imagens que falam 85

#24 Impressões de Abril 89

#25 KdA Urban@ - Mensagens Pró Bairro 92

#26 Mural dos Sonhos 95

#27 Não é um arco-íris 98

#28 O meu Bairro Imaginário 100

#29 O meu boneco de neve ○ 103
#30 O tempo nas Cores ○ 106
#31 PapelArte ○ 109
#32 Pensa e Cria ○ 112
#33 Pinta o que sentes – "Monstro das Emoções" ○ 114
#34 Pintura Abstrata ○ 117
#35 Pintura com materiais naturais ○ 120
#36 Quem fomos e quem somos ○ 123
#37 Rasgar Emoções ○ 126
Dança e Movimento ○ 129
#38 Danç´Arte ○ 130
#39 Dançando o mar ○ 133
#40 IN_ART ○ 136
#41 Mexer a Pintar ○ 139
#42 O Não-Lugar ○ 142
Referências Bibliográficas ○ 146
Agradecimentos ○ 147
Anexos ○ 148

Nota introdutória

O presente eBook surge com a intenção de reunir e partilhar um conjunto de práticas artísticas desenvolvidas em contextos de intervenção com crianças e jovens, no âmbito do Programa Escolhas – IPDJ, I.P.

A ideia nasceu a partir do trabalho desenvolvido pelos elementos das equipas técnicas dos projetos Escolhas que participaram na formação **"A Arte e o Desenvolvimento Criativo da Criança, na Perspetiva da Arte-Terapia"**, realizada em 2024 e 2025.

Cada proposta aqui apresentada resulta da experiência concreta de profissionais que, através da arte, promovem o desenvolvimento criativo, emocional e social dos/as participantes dos seus projetos, estando organizado por capítulos que vão desde as artes dramáticas, às artes escritas, às artes musicais, às artes visuais finalizando com a dança e movimento.

Dirigido a educadores, professores, técnicos e outros profissionais das áreas da infância e juventude, este recurso pretende ser um instrumento de apoio e inspiração para a aplicação de metodologias artísticas no trabalho quotidiano. As práticas reunidas demonstram como a arte pode constituir-se num espaço de expressão, descoberta e crescimento, contribuindo para o fortalecimento da identidade, da autonomia e da relação com o outro.

Numa era em que nos movemos contra o tempo e somos constantemente assoberbados por estímulos digitais, torna-se essencial envolver as crianças e jovens em momentos de maior conexão com o meio envolvente e, consequentemente, consigo próprios, para que — de forma lúdica e através da arte — desenvolvam a capacidade de se expressar criativamente e de respeitar o nosso planeta.

Mais do que um manual, este eBook é um convite à experimentação e à adaptação das propostas apresentadas a diferentes realidades e contextos. Acreditamos que cada experiência artística é única e que, ao ser partilhada, enriquece o campo das práticas educativas e criativas voltadas para o desenvolvimento integral da criança e do jovem.

Benefícios da criação artística para o desenvolvimento criativo da criança e do Jovem

Inspirado na perspetiva da Arte-Terapia, este capítulo apresenta um conjunto de **benefícios para o desenvolvimento criativo e saudável de crianças e jovens**[1], destacando o impacto das diferentes linguagens artísticas no seu crescimento integral.

O objetivo é levar os profissionais a refletir sobre as potencialidades e benefícios da intervenção artística no desenvolvimento global das crianças e jovens.

Facilita a comunicação

A arte, nas suas diferentes linguagens, é uma excelente forma de expressão para crianças e jovens, permitindo-lhes quebrar barreiras linguísticas.

As crianças, pela fase de desenvolvimento em que se encontram, ainda não possuem as estruturas mentais completamente desenvolvidas, nem as experiências e vivências dos adultos. Muitas vezes não conseguem identificar o que estão a sentir, não compreendem o que pensam ou não sabem como agir, tendo dificuldade em expressar tudo isto pela palavra (linguagem verbal).

Se considerarmos ainda a diversidade de públicos dos projetos Escolhas — em que coexistem diferentes nacionalidades e, muitas vezes, o português está ainda em aprendizagem —, a arte revela-se uma poderosa ferramenta para facilitar a comunicação. Por meio de gestos, ritmos, sons, voz ou mímica, a criança ou o jovem pode expressar-se sobre si próprio, sobre como vê e sente o mundo que a rodeia.

Por outro lado, ao reconhecermos que o modo natural de comunicar das crianças é através do jogo simbólico e do brincar, podemos partir dessa linguagem lúdica para estimular a comunicação. Uma estratégia simples consiste em pedir à criança que atribua um título à sua criação artística, usando-o depois como ponto de partida para contar ou escrever uma história (no caso dos mais velhos).

[1] Texto adaptado de: Amaral, A.; Vaz, C. (2020). *Conta-me o que estás a sentir – 35 atividades de Arte-Terapia para ajudar as crianças a lidar com as emoções.* Manuscrito / Editorial Presença, Lisboa.

Compete aos adultos facilitar esta tradução do objeto de arte em palavras, colocando questões como: – “Quem é?”, – “O que é que esta figura está a fazer?”, – “Que lugar é esse?”

Ou através de inferências e associações: – “Parece-me que este gato…”, – “Ocorre-me que nesse lugar se pode…”, – “O que te faz lembrar? Uma pessoa, um lugar, uma situação, um momento?”

Durante as atividades, procure incentivar o diálogo sobre o que foi criado e sentido pela criança/ jovem. Assim, estará a ajudá-la a reconhecer e a nomear o que sente, desenvolvendo também o pensamento crítico:

– “Como te sentiste enquanto estavas a criar?”

– “Como te sentes ao olhar para o resultado final?”

– “Em que outras alturas te sentes assim?”

– “O que pensas sobre isso?”

– “O que poderias fazer de diferente?”

Desenvolve a consciência corporal e a coordenação motora

Diversas atividades artísticas contribuem para o desenvolvimento motor de crianças e jovens. Ao criar — seja através do desenho, pintura, modelagem, colagem, escrita, canto ou dança - a criança/ jovem exercita tanto a destreza manual (motricidade fina e movimentos de precisão) como a coordenação de diferentes partes do corpo (motricidade grossa).

Essas experiências permitem-lhe tomar consciência do seu corpo em movimento, aperfeiçoar o controlo físico e ampliar a sua expressividade corporal, integrando gesto, ritmo e intenção criativa.

Desenvolve a capacidade de resiliência da criança e do jovem

Quando uma criança ou jovem pinta, modela, desenha, escreve um texto ou poema, interpreta uma dança, uma música ou uma dramatização, cria uma imagem mental que projeta na sua obra — mas o resultado nem sempre corresponde exatamente ao que imaginou.

Ao brincar e criar espontaneamente com os materiais artísticos e ao gerir os resultados inesperados, a criança aprende a lidar com sentimentos de frustração, zanga ou tristeza, desenvolvendo competências emocionais essenciais como o autocontrolo e a resiliência.

Por vezes usar determinados materiais ou técnicas artísticas pode ser desconfortável ou desagradável. A criança ou o jovem podem sentir receio de não saber fazer, de se sujar de se expor, mas ao experimentar pouco a pouco e com reforço positivo vão desenvolvendo estratégias mentais para lidar com as dificuldades na criação artística, que passam a fazer parte dela e que passa a usar para lidar com os acontecimentos, as dificuldades e frustrações do seu dia a dia. A arte funciona como um ensaio da vida.

Permite (re)aprender a sentir satisfação

Quando refletimos sobre as dificuldades vividas por muitas crianças, jovens e respetivas famílias, percebemos o quanto é importante criar e reforçar espaços de relaxamento, prazer e satisfação nas suas vidas.

O incentivo à experimentação, à espontaneidade e ao brincar criativo implícito nas atividades artísticas — sem a pressão por alcançar "bons resultados", sem certos ou errados — é uma excelente forma de ajudar as crianças e os jovens a redescobrir o prazer de criar.

Desfrutando de cada passo do processo criativo, aprendem a valorizar o momento do "fazer", o que lhes proporciona uma sensação genuína de bem-estar, favorecendo a capacidade de sonhar e de perspetivar o futuro.

Desenvolve o autoconhecimento e o conhecimento do Mundo

As artes oferecem múltiplas formas de olhar, compreender e interpretar o mundo, promovendo o reconhecimento da diversidade e o respeito pelas diferentes perspetivas, culturas e expressões.

O contacto com diferentes atividades, técnicas e materiais artísticos constitui uma oportunidade única para que crianças e jovens explorem o mundo de forma ativa e sensorial, descobrindo novas maneiras de ver, fazer e pensar.

Ao longo desse processo, descobrem também novas facetas de si próprias — capacidades, preferências e talentos —, o que favorece o autoconhecimento e o crescimento pessoal.

Promove a autoestima e autoconfiança

É fundamental propor atividades artísticas adequadas à idade, aos interesses e ao contexto cultural das crianças e jovens, de modo que se sintam motivados, desafiados e capazes de realizar o que lhes é proposto.

A satisfação que experimentam ao reconhecer "Eu sei", "Eu sou capaz", "Eu gosto do que faço" ou "Identifico-me com isto" fortalece a autoestima e a autoconfiança, promovendo iniciativa e proatividade — não apenas nas atividades artísticas, mas também noutras situações da vida, dentro e fora do projeto.

Desenvolve um sentimento de pertença

As atividades artísticas são uma oportunidade para estimular vínculos afetivos e criativos, favorecendo a interação entre pares, entre crianças e famílias e entre crianças e comunidade.

Os momentos de partilha criativa em grupo — pintar, desenhar, dançar, cantar... — promovem comunicação, cooperação, partilha de experiências e respeito pela diferença, fortalecendo relações interpessoais significativas.

A criança sente-se mais integrada e próxima dos outros, desenvolvendo um sentimento de pertença ao grupo, ao projeto e à comunidade.

Esse sentimento, reforçado pela valorização do seu papel no grupo, na família e na comunidade, ajuda-a a desenvolver um sentido de propósito e de responsabilidade social, compreendendo o seu lugar no mundo e a importância da coesão social.

Facilita o treino de capacidades cognitivas e de aprendizagem

Desenvolve o pensamento criativo/ a metacognição

O ato de criar pressupõe "a capacidade de compreender; e esta, por sua vez, a de relacionar, ordenar, configurar e significar"[2], ou seja, pressupõe uma flexibilidade de pensamento, aquilo a que podemos designar de metacognição.

A metacognição é o conhecimento sobre aquilo que pensamos, e envolve usar e transformar conhecimentos, habilidades e ideias, ou seja, é a capacidade de utilizar os conhecimentos adquiridos, para gerir os nossos próprios processos cognitivos, através da compreensão e da resolução de problemas.

A metacognição é essencial, na aprendizagem, uma vez que estes conhecimentos são fundamentais na aplicação das capacidades cognitivas, necessárias às várias tarefas envolvidas no processo de aprendizagem: quer como se aprende, quer na gestão do próprio processo de aprendizagem.

À medida que crescem, as crianças vão desenvolvendo as suas capacidades de utilizar a memória de trabalho e a flexibilidade cognitiva, e demonstram já ser capazes de exercer algum controlo executivo sobre as estratégias cognitivas, no entanto, em muitas situações é necessário reforçar a sua capacidade de aprender, estimulando as funções cognitivas implícitas à aprendizagem, e por outro, estimular a capacidade de aprender a aprender. Ou seja, a desenvolver estratégias de aprendizagem que podem ser aprendidas de forma a capacitar a criança e jovem de ferramentas para um melhor desempenho.

As atividades artísticas, estimulam e contribuem para o desenvolvimento das várias funções cognitivas[3]:

[2] OSTROWER, F. (1977). *Criatividade e processos de criação*. Rio de Janeiro: Vozes.
[3] Texto adaptado de: MARTINS, A. (2021). *Um cérebro à prova de cansaço*. Lisboa: Planeta.

Linguagem

Através de atividades ligadas à escrita e oralidade, como criar e contar histórias/ estórias, músicas, peças de teatro, exercícios de escrita criativa e a própria partilha verbal de pensamentos e sentimentos, associados ao fazer artístico, contribui para o aumento do vocabulário, desenvolve a capacidade de nomeação e compreensão, assim como o domínio ortográfico, gramatical e fonológico da linguagem.

Memória

As atividades artísticas contribuem por um lado, para desenvolver a memória de curto prazo, através do desenvolvimento da capacidade de prestar atenção, de reconhecer e registar informação, que virá a ser necessária para processos criativos futuros, por outro lado, pode estimular a memória a longo prazo, pois possibilita o acesso a vivências pessoais passadas, através de ligações que se estabelecem com o que é criado.

Capacidade Visuoespacial

A capacidade de perceber e interpretar visualmente as relações entre imagens pode ser significativamente desenvolvida através da criação artística. Isto ocorre, por exemplo, ao estabelecer ligações entre formas, linhas, cores, movimentos, sons, personagens e palavras, assim como entre a obra artística e os sentimentos ou vivências que lhe estão associados.

Atenção e concentração

O foco e envolvimento necessário ao fazer artístico, potenciam o desenvolvimento da capacidade de atenção (focar em determinada tarefa, ignorando outros estímulos sensoriais) e da concentração, ou seja, da capacidade de manter esse foco durante um determinado período.

Raciocínio Lógico

É a capacidade de reconhecer relações lógicas, como inferir analogias, estabelecer generalizações, compreender a coerência entre situações e deduzir consequências. Para criar artisticamente, a criança necessita de ativar estas relações, seja ao manusear os materiais, seja durante o próprio processo de criação.

Além disso, a participação em atividades artísticas permite a expressão de vivências que podem limitar a aprendizagem. O caráter lúdico da aprendizagem através das artes — o brincar criativo — funciona também como um mecanismo que facilita o desbloqueio de resistências ou oposição ao aprender.

Artes Dramáticas

#01 À janela, entre vizinhas!

Projeto

CRIATEIXO – E9G

Contacto

criateixo.e9g@beiraserra.pt

Palavras-chave

Comunicação · Fruta · Alimentação Saudável · Criatividade.

Destinatários

Crianças a partir dos 6 anos.

Objetivo/s

Sensibilizar para a importância de boas relações de vizinhança.

Desenvolver capacidades de comunicação criativa.

Sensibilizar para uma boa nutrição e correção de maus hábitos alimentares.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas: improvisação dramática

Artes Visuais: desenho, pintura, recorte e colagem.

Espaço

Sala com mesas juntas para trabalhar na execução das janelas em cartolina.

Espaço com cadeiras em meia-lua para realização do momento "faz de conta"/ improvisação dramática.

Materiais

Cartolinas de cor, cartolinas brilhantes, cola líquida, cola quente, tesouras, x-ato, pedaços de tecidos e de cartão, marcadores, lápis de cor, lápis de cera, brinquedos de vários tipos de fruta.

Descrição da atividade

Numa primeira fase é proposto aos/às participantes a construção de mini cenários, em forma de janelas em cartolina, e que as decorem com recurso ao desenho, pintura e colagem de tecidos e cartões.

Numa segunda fase é proposto que em grupo os/as participantes realizem uma improvisação dramática, através da qual, num jogo de faz de conta, os participantes imaginam serem vizinhos/as que à janela conversam sobre as características e benefícios da fruta e vão trocando peças de fruta (brinquedos) entre eles/as.

De forma a incentivar a dramatização, o/a facilitador/a lança o mote com perguntas e observações relacionadas com a temática e o contexto, despoletando os diálogos e cenas improvisadas.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais e cognitivas: comunicação, pensamento crítico, cooperação em grupo, gestão de conflitos e hábitos de alimentação saudável.

Competências artísticas: composição e perceção visual, exploração de diferentes estilos e técnicas criativas, construção e experimentação de narrativas visuais e verbais.

Benefícios

- Estimula a representação do mundo real e a adaptação de comportamentos.
- Desenvolve a capacidade de comunicar em grupo.
- Desenvolve o pensamento crítico.
- Promove a estimulação sensorial e cognitiva.
- Potencia o brincar criativo sobre a nutrição.
- Possibilita a (re)significação do contexto de convívio/ relação de vizinhança.
- Promove momentos de bem-estar em grupo.

#02 Celebrando defeitos e qualidades com o Entrudo[4]

Projeto

AmanhArte - E9G

Contacto

amanharte.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Defeitos · Qualidades · Entrudo · Expressão Dramática.

Destinatários

Crianças, Jovens e adultos.

Objetivo/s

Desenvolver a criatividade.

Refletir sobre o conceito de defeitos e qualidades.

Potenciar a transformação de pensamentos e sentimentos através da expressão plástica e dramática.

[4] Esta atividade é baseada na prática tradicional do *Enterro do Entrudo* ou *Serração da Velha*.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas.

Espaço

Espaço aberto ao ar livre e com condições para a queima em total segurança.

Materiais

Escultura de cartão que represente o "Entrudo", materiais naturais inflamáveis (palha, cartão), lista de qualidades e defeitos.

Descrição da atividade

Pretende-se que esta atividade funcione como um Sátira inspirada na prática tradicional do *Enterro do Entrudo*, neste sentido e após a criação em grupo do personagem "Entrudo" em cartão e materiais naturais, é proposto aos participantes uma reflexão sobre qualidades e defeitos de cada um/a, que culmina em duas listas, uma com os defeitos (algo do qual a pessoa se quer ver livre) e outra com qualidades (algo com que a pessoa contribui para o grupo). A partir deste momento, a atividade deixa de ser sobre as crianças e passa a ser sobre o boneco.

A partir da lista de qualidades e defeitos é criada uma história em grupo na qual o Entrudo (personagem principal) assume todos os defeitos identificados, ainda que não o faça de forma literal. Apesar de o Entrudo ser uma personagem cheia de defeitos que no final morre, o teatro não precisa de ser um drama, idealmente será até algo cómico, por isso os defeitos podem e devem se manifestar de forma criativa.

A partir da lista estes serão representados através de técnicas de dramatização por cada criança do grupo, e no final o Entrudo "morre", assim como todos os seus defeitos. No final da sua história é também encenado o "Enterro do Entrudo", através da queima do personagem em cartão.

Por último, o Entrudo deixa a sua herança, alguém é convidado a ler a lista de qualidades. Aqui volta a ser sobre o grupo de crianças, pois a herança é como se fosse um presente, lembrando o grupo das suas melhores características pessoais.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e emocionais: autorreflexão, autoconhecimento.

Competências artísticas: capacidade de expressão dramática, plástica, escrita e criatividade.

Benefícios

- Desenvolve a capacidade de autorreflexão acerca de características pessoais de um modo divertido e colaborativo.
- Promove a transformação de pensamentos e sentimentos.
- Desenvolve a capacidade expressiva através da escrita e da dramatização de aspetos pessoais.

#03 Crio e Confio

Projeto

Mud@ki - E9G

Contacto

mudaki.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Pintura · Máscaras · Dramatização · Motivação Escolar · Crenças.

Destinatários

Jovens a partir do 3.º ciclo.

Objetivo/s

Promover a expressão de crenças limitantes relacionadas com autoeficácia escolar.

Estimular o pensamento crítico e a autonomia na procura de soluções.

Promoção da partilha e colaboração.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas: improvisação

Artes Visuais: pintura, desenho, modelagem.

Espaço

Sala ampla com mesas e cadeiras.

Materiais

Folha A3, tintas guache, pincéis, lápis de cor, pastéis de óleo, tesouras, cola branca, elementos decorativos variados, copos e água.

Descrição da atividade

1.º - Disponibilizar os diferentes materiais aos participantes. 2.º - Breve roda de conversa sobre a falta de motivação para a escola, sobre as inseguranças, relação com o estudo, colegas, professores.

3.º - Pintura/desenho/composição livre, numa folha A3.

4.º - Cortar/ amassar/ rasgar a composição livre.

5º - Organizar/moldar a composição numa máscara.

6º - Dramatização com recurso às máscaras. Usando as máscaras, os/as participantes ocupam o espaço da sala de forma livre. Experimentam diferentes papéis que vão sendo atribuídos pelo facilitador, para os quais improvisam os diálogos, com orientações que promovam o debate (ex.: diz ao professor o que gostavas que ele soubesse sobre ti; explica ao aluno o que sentes quando a aula não corre como planeaste; tens boas notas, explica ao teu colega como consegues; explica ao teu colega o que ele pode fazer para te ajudar na sala de aula; diz ao teu colega o que sentes quando perturbas a aula).

No final é realizada uma reflexão em grupo, na qual cada um/a expressa como se sentiu e que conclusões retiram da experiência do exercício, com foco no uso da Máscara e nas falas dramatizadas.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais e emocionais: escuta ativa, autoconhecimento (reconhecer e compreender emoções, forças e limitações pessoais), autorregulação (regular pensamentos e comportamentos).

Benefícios

- Potencia a expressão emocional.
- Estímulo à experimentação e improvisação de diferentes papéis.
- Reconhecimento de estratégias que promovam uma maior motivação para a aprendizagem escolar.

#04 Leituras com Palco

Projeto

Tu Fazes Parte – E9G

Contacto

tufazesparte.e9g@cm-mortagua.pt

Palavras-chave

Leitura · Expressão Dramática · Histórias · Autoconfiança.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Estimular o gosto pela leitura em crianças e jovens com pouca motivação para atividades literárias.

Promover a expressão verbal e corporal em participantes com dificuldades de comunicação.

Desenvolver a capacidade de trabalhar em grupo e respeitar os tempos e espaço dos outros.

Criar um ambiente seguro para a expressão emocional e criativa.

Desenvolver a capacidade de autocontrolo e lidar com o imprevisto.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas: leituras encenadas.

Espaço

Espaço amplo (interior ou exterior) com cadeiras e/ou mantas em semicírculo ou palco improvisado.

Materiais

Textos curtos (contos ou fábulas), adereços simples conforme a história, aparelho de som (opcional).

Descrição da atividade

Escolha dos textos**:** selecionar textos/livros adequados à faixa etária, com personagens e diálogos simples. Pode ser uma fábula, um conto popular ou uma história criada pelos próprios participantes. A seleção de histórias pode ser feita pelos/as participantes após a leitura de alguns livros disponibilizados e /ou em conjunto com os técnicos.

Distribuição de papéis: cada participante escolhe o papel que vai representar. Se for necessário, pode realizar-se casting para a escolha de algum papel. Incentivar a leitura silenciosa e a compreensão do texto.

Adaptação da história: a história escolhida, deve ser adaptada para a leitura encenada, pelos próprios participantes que irão criar alguns diálogos em discurso direto.

Exploração vocal e corporal: realizar ensaios com exercícios de voz, dicção e expressão corporal para preparar a encenação.

Leitura encenada: os/as participantes leem os seus papéis em voz alta, com entoação, gestos e interações. Não é necessário decorar o texto — o foco está na expressividade e na projeção da voz.

No dia da apresentação, realizar exercícios de relaxamento para que todos se sintam mais tranquilos e confiantes.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais e emocionais: comunicação verbal e não-verbal, atenção e escuta ativa, cooperação e respeito pelo grupo, autoconfiança e gestão emocional.

Competências artísticas: expressividade corporal e vocal, improvisação e pensamento criativo.

Benefícios

- Incentiva a leitura de forma lúdica e participativa.
- Estimula a criatividade através da adaptação e interpretação de histórias.
- Promove o trabalho em equipa e o respeito pelas ideias dos outros.
- Desenvolve competências de expressão artística e emocional.

#05 Luzes d'Ouro

Projeto

Academia d'Ouro– E9G

Contacto

academiadouro.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Teatro · Expressão criativa · Arte · Inclusão.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Promover a expressão artística e criativa de crianças e jovens.

Promover através da expressão artística, o conhecimento da resposta de Famílias de Acolhimento à população, sensibilizando para a sua importância e funcionamento.

Promover o empoderamento, a autonomia funcional e emocional dos participantes.

Desenvolver o sentimento de confiança e reforço da autoestima.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas: teatro.

Espaço

Espaço amplo para encenação/ ensaios e auditório para apresentação.

Materiais

Guião da peça, adereços, cenários, iluminação, equipamento de som, figurinos.

Descrição da atividade

Os/as participantes são desafiados/as a envolver-se ativamente na criação e apresentação de uma peça de teatro com o tema: As Famílias de Acolhimento. Esta proposta criativa envolve várias etapas, desde a definição do guião com base no tema central da peça, relacionando-o com valores sociais e comunitários, até ao desenvolvimento da narrativa e das personagens.

Numa primeira fase deve ser transmitida informação aos/às participantes sobre a resposta "Famílias de Acolhimento" e como funcionam, sendo simultaneamente respondidas as dúvidas dos/as participantes ilustrando com exemplos práticos.

Ao longo do processo, vai sendo pedido às crianças e aos jovens que contribuam com ideias e reflexões, promovendo a construção colaborativa da peça.

A seguir à construção da narrativa e dos personagens, os participantes são também envolvidos/as na construção do cenário, dos figurinos e acessórios, através de oficinas criativas e de trabalhos manuais.

A peça será apresentada, numa primeira fase, às equipas de intervenção social local e, posteriormente, realiza-se uma apresentação pública a outros elementos da comunidade em geral, com o objetivo de alargar o alcance da mensagem e dar visibilidade ao trabalho desenvolvido pelos/pelas participantes.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: autonomia, autoestima, autoconfiança, capacidade de iniciativa, colaboração em equipa e comunicação.

Competências cognitivas e artísticas: concentração, memória, organização mental, pensamento criativo, imaginação, improvisação e espontaneidade.

Benefícios

- Possibilita a exploração da imaginação e da expressão individual.
- Facilita a expressão e adaptação emocional.
- Estimula a comunicação interpessoal.
- Permite o ensaio de papeis/ experiências humanas.
- Desenvolve a capacidade de improvisação criativa.
- Reforça as ligações grupais.

#06 Teatro das Emoções

Projeto

Cercar-te – E9G

Contacto

cercarte.e9g@espacot.pt

Palavras-chave

Emoções · Improvisação · Expressão corporal · Comunicação · Criatividade, Autoconhecimento · Empatia.

Destinatários

Crianças dos 8 aos 12 anos.

Objetivo/s

Fomentar o autoconhecimento e a identificação de emoções.

Estimular a criatividade e a expressão corporal.

Promover a colaboração e o trabalho em grupo.

Trabalhar habilidades de comunicação e empatia.

Linguagens artísticas

Artes Dramáticas: teatro.

Espaço

Sala de aula ou espaço amplo (ex.: auditório, sala de teatro, ou pátio).

Materiais

Máscaras simples (ou material para as crianças criarem suas próprias máscaras, como papel, elásticos e tintas), figurinos básicos ou tecidos variados, caixa com objetos e adereços (óculos, chapéus, lenços, etc.), um aparelho de som ou fonte de música.

Descrição da atividade

A atividade começa com um aquecimento de expressão corporal, para o qual é proposto que as crianças simulem movimentos associados a diferentes emoções, como alegria, medo ou raiva.

Em seguida, criam ou escolhem máscaras que representem as emoções e sentimentos, que desejem representar. Podem ainda utilizar os adereços disponíveis para compor a "personagem" que vão dramatizar.

Em pequenos grupos, é lhes proposto que num jogo de faz de conta, através da expressão corporal e verbal, improvisem cenas curtas que envolvem situações do quotidiano que destaquem essas emoções e sentimentos.

Após as apresentações dos vários grupos, é realizado um momento de partilha, onde refletem acerca de como foi representar e observar as emoções, promovendo um espaço de reflexão e autoconhecimento, no âmbito da gestão assertiva das emoções.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais e emocionais: autoconhecimento, autoestima, identificação e expressão das emoções, comunicação verbal e não verbal, relacionamentos interpessoais positivos.

Competências criativas: pensamento criativo.

Benefícios

- Vivência de experiências positivas e transformadoras com impacto na autoestima e valorização pessoal.
- Desenvolve o autoconhecimento e a empatia.
- Estimula a criatividade e imaginação.
- Promove momentos de catarse Vs. relaxamento e bem-estar.
- Oferece uma via para exprimir emoções de forma segura.
- Desenvolve capacidades comunicativas.

Artes Escritas

#07 Contos de Natal

Projeto

Cool@rt – E9G

Contacto

coolart.e9g@cvp-abrantestomar.pt

Palavras-chave

Criatividade · Escrita · Conto Infantil · Natal · Histórias de Vida.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Estimular a imaginação e a criatividade.

Transmitir valores infantis.

Fomentar habilidades de leitura.

Fortalecer laços familiares e de amizade.

Incentivar através da leitura partilhada, hábitos de aprendizagem e exploração de novas ideias.

Linguagens artísticas

Escrita Criativa: criação de contos infantis.

Espaço

Sala com mesas e cadeiras.

Materiais

Folhas de papel, esferográficas, lápis, borracha, computador com ligação à internet.

Descrição da atividade

A proposta consiste na criação de pequenas histórias de Natal em formato de Contos fictícios, adaptados e inspirados em cada participante que frequenta o projeto com regularidade.

A atividade inicia com a proposta para que os/as participantes contem oralmente, situações verídicas que aconteceram com eles, em épocas natalícias. A partir dos relatos partilhados, os/as participantes e a equipa técnica, criam vários contos de Natal, através da escrita criativa, num jogo de faz de conta, entre os relatos verídicos e o imaginado.

É ainda sugerido aos/às participantes para pesquisarem imagens e frases, que sirvam de mote para a ilustração e escrita dos contos.

Posteriormente, a ilustração de cada um dos contos pode ser feita, digitalmente, recorrendo à inteligência artificial, inspirada na imagem física de cada participante.

Sugestão: a partir dos Contos de Natal, pode ser proposto um trabalho de continuidade dos temas abordados, através da dramatização de cada uma das histórias, e/ou da criação de um vídeo.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.
Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: reforço das ligações sociais, processamento de mudanças

pessoais, autoconhecimento, autoestima e autoconfiança.

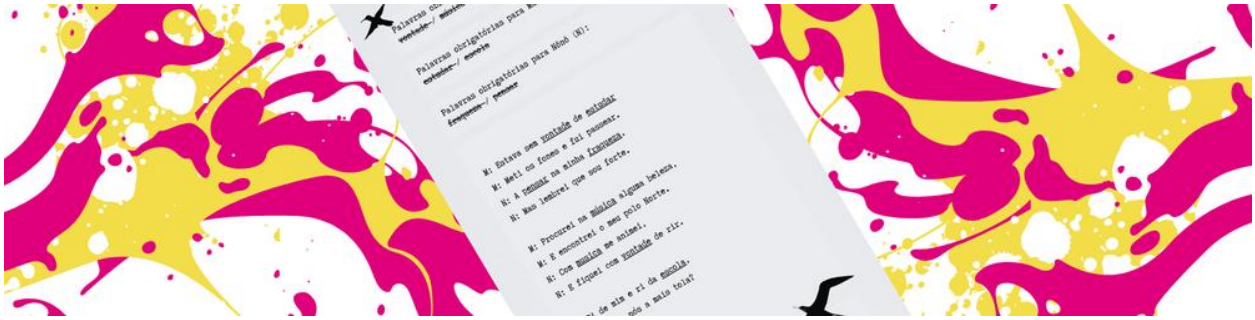
Competências para o sucesso escolar: habilidades de leitura e escrita, concentração, memória, pensamento criativo.

Benefícios

- Representação do mundo real e imaginário.
- Estimulação da linguagem oral e escrita.
- Enriquecimento do vocabulário.
- Expressão de ideias e emoções.
- Capacidade de imaginar e inventar.
- Reforço dos laços afetivos entre os/as participantes.
- Incentivo à leitura em grupo e em família.
- Sentimento de valorização pessoal e pertença.

O nosso livro de Contos Infantis: https://url-shortener.me/7N2Q

#08 Poesia a Duas Mãos



Projeto

TT-Teia Trampolim – E9G

Contacto

teiatrampolim.e9g@cooperativaseies.org

Palavras-chave

Escrita Criativa · Poesia · Colaboração · Flexibilidade · Equipa.

Destinatários

Crianças e jovens dos 13 aos 15 anos.

Objetivo/s

Desenvolver competências de escrita criativa e trabalho em equipa, de forma lúdica, através da criação de um poema a pares.

Promover o gosto pela escrita e a poesia, em contexto não-formal.

Linguagens artísticas

Escrita Criativa: poesia.

Espaço

Local sossegado (e/ou com música calma) e bem iluminado, com mesas e cadeiras, para permitir a escrita de forma confortável.

Materiais

Folha em branco (ou ficha modelo[5]), lápis e/ou esferográfica.

Descrição da atividade

A proposta de escrita criativa deve ser realizada a pares.

É proposto que cada um/a dos/as participante escreva livremente numa folha cinco* palavras, (o que lhe vier à cabeça). ** O outro elemento do grupo terá de utilizar essas cinco palavras para começar a escrever/ compor uma parte do poema/ verso.

Repetem as vezes que forem necessárias alternando a vez, de dois em dois versos, até utilizar todas as palavras, de cada um dos elementos do grupo.

De seguida em conjunto, vão ainda escolher mais cinco palavras que ambos devem utilizar para compor o poema.

No final declamam o Poema para o grupo, podendo brincar com as vozes, tom, sons...

---

*O n.º palavras a utilizar pode ser definido de acordo com o objetivo da atividade e a faixa etária dos/as participantes.

**Também pode ser sugerida uma temática geral, na qual se podem inspirar.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Competências a desenvolver

Competências facilitadoras de sucesso escolar: desenvolver a expressão escrita, ampliar o vocabulário e experimentação lexical, criatividade e capacidade de improvisação.

---

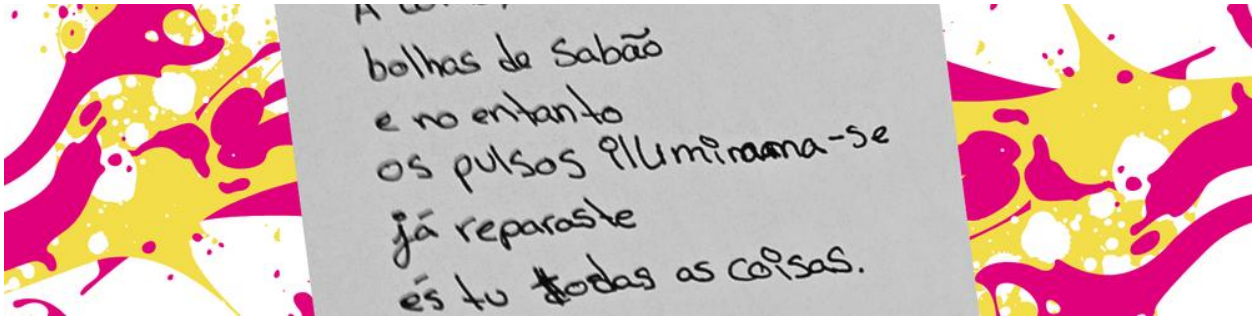
[5] Anexo1

Competências pessoais, sociais, cognitivas: capacidade de lidar com limitações e direções impostas, pensamento crítico e reflexão, autoconfiança e resolução de problemas, trabalho em equipa e relações interpessoais (colaboração, escuta ativa, respeito pelo outro, flexibilidade e adaptabilidade).

Benefícios

- Exploração de novas linguagens e formas de expressão criativa.
- Estímulo à improvisação e inovação.
- Fusão de estilos e vozes.
- Ampliação da imaginação poética.
- Potencia o jogo criativo entre limites e liberdade.
- Fomenta o pensamento criativo.
- Estimula capacidades de escrita ao nível ortográfico e gramatical.
- Desenvolve a capacidades de cooperação e escuta ativa.

#09 Poesia em expansão



Projeto

Raiz - E9G

Contacto

raiz.e9g@colegiodorosario.pt

Palavras-chave

Imaginação · Expressão · Identidade · Criatividade · Poesia, Ritmo.

Destinatários

Crianças e jovens dos 8 aos 15 anos.

Objetivo/s

Estimular a imaginação e a autoexpressão.

Estimular a sensibilidade para a linguagem poética.

Desenvolver a escuta, a oralidade e a expressão escrita.

Incentivar a criação de imagens e metáforas criativas.

Valorizar a palavra como forma de arte e de identidade.

Linguagens artísticas

Artes Escritas: poesia e performance poética.

Artes Visuais: desenho, recorte e colagem.

Espaço

Sala de artes com espaço, luz (janelas) mesas e cadeiras onde se possam sentar confortavelmente. Auditório com espaço e boa insonorização para a declamação de poesia.

Materiais

Folhas de papel A4, cadernos ou folhas brancas para ilustrar/escrever, cartolinas, lápis, canetas, marcadores coloridos, lápis de cera, tesouras, colas, palavras soltas em cartões para jogos e/ou livros para estimular a imaginação, cartolinas para exposição final dos poemas ilustrados, aparelho de som/colunas para declamações.

Descrição da atividade

A oficina começa com uns minutos de relaxamento seguidos de uma breve escuta/leitura de poemas lúdicos.

Em seguida e através de jogos ou de versos dos poemas lidos (ou escutados) em livros as crianças/ jovens são convidados a criar os seus próprios poemas a partir desses estímulos.

Os poemas podem ser individuais ou em pequenos grupos.

Cada criança/jovem poderá ilustrar o seu poema, numa base de cartolina com recurso aos vários materiais artísticos disponíveis.

No final é convidado a apresentá-lo oralmente ao grupo, de forma lúdica e criativa numa performance poética.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências artísticas e pessoais: competência linguística/literária, expressão artística e sensível, imaginação e pensamento simbólico, capacidade de escuta e de respeito pela expressão dos outros, comunicação(declamação) em público.

Benefícios

- Estímulo à invenção verbal e à liberdade criativa.
- Enriquecimento do vocabulário e da expressividade.
- Exploração das emoções e subjetividades de forma segura.
- Desenvolvimento da escuta ativa e da empatia.
- Combinação entre arte verbal, visual e performativa (alargamento do pensamento criativo).

#10 Ser Cigano... Uma História Ilustrada

Projeto

3CE´S - Cidadania, Educação, Emprego – E9G

Contacto

3ces.e9g@adilpom.pt

Palavras-chave

Conhecimento · Cultura Cigana · Criatividade · Arte Digital · Ilustração · Escrita.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Dar a conhecer a história do povo cigano destacar a sua cultura através do vestuário.

Desenvolver competências ao nível da literacia informática.

Desenvolver o sentimento de pertença.

Promover o contacto com várias linguagens artísticas.

Linguagens artísticas

Escrita Criativa: criação de história e poemas.

Artes Visuais: desenho, pintura, recorte e colagem.

Arte Digital: criação de vídeo a partir da história criada.

Espaço

Sala com mesas e cadeiras.

Espaço ao ar livre para filmagens.

Materiais

Folhas de desenho brancas, cartão, cartolinas, canetas de feltro, tintas guache, recipientes, água, lápis de cor, tecidos, fitas, tesoura, cola, computador com ligação à internet, telemóvel para filmagens, gravador de som.

Descrição da atividade

A atividade é iniciada com a proposta aos/às participantes para a realizarem uma pesquisa digital sobre a história do povo cigano.

Inspirados/as pela pesquisa, as crianças e jovens passam à elaboração de um pequeno texto/resumo, criando a sua versão da história do Povo Cigano.

Identificam os momentos que pretendem ilustrar, e criam as ilustrações da história através de desenho, recorte, colagem e pintura de peças de roupa características do Povo Cigano. De seguida, com recurso a materiais como tecidos, fitas entre outros, vão criar alguns apontamentos que embelezem e valorizem as ilustrações.

Paralelamente um grupo de participantes cria um poema com o tema “Ser Cigano é...”.

Na fase seguinte, fazem a compilação dos textos, poema e das ilustrações, e elaboram um livro “artesanal”, unindo as várias páginas com uma fita.

Quando o livro estiver pronto, é proposto aos/às participantes que procedam à leitura e gravação sonora da história. Outros/as participantes compõem uma música instrumental que serve também de fundo sonoro ao vídeo que vai ser criado.

Em simultâneo é feita por elementos da equipa técnica, a captação de imagens, de todo o processo criativo, nomeadamente em espaços exteriores escolhidos pelos/as participantes, após o que é feita a montagem do vídeo com recurso a ferramentas digitais.

No final é feita uma apresentação de ambos os resultados (livro e vídeo) à comunidade em geral, com momento de partilha da experiência vivenciada pelos/as participantes em todo o processo criativo e sobre a temática da atividade.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências de literacia informática: composição de imagem e texto, ferramentas de edição de vídeo.

Competências pessoais: pensamento crítico e autorreflexão, imaginação e criatividade.

Competências cognitivas: oralidade e comunicação criativa.

Benefícios

- Desenvolvimento do pensamento criativo.
- Estímulo da escrita e da leitura de uma forma lúdica.
- Incentivo à expressão através de várias linguagens artísticas.
- Desenvolvimento da motricidade fina e grossa.
- Promoção da gestão de emoções.

O nosso vídeo: https://url-shortener.me/7N2N

Artes Musicais

#11 Vozes que Escolhem

Projeto

Escolhas com Futuro – E9G

Contacto

escolhascomfuturo.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Música · Produção · Expressão Artística · Colaboração · Juventude.

Destinatários

Jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade musical nos jovens, incentivando a composição e a gravação de um EP.

Promover a inclusão social dos/as jovens através da exploração dos seus pensamentos, ideias e perspetivas pela música.

Linguagens artísticas

Artes Musicais: canto, composição e produção musical.

Espaço

Espaço com boa insonorização para as gravações musicais.

Materiais

Microfones, headphones, computador com software de edição de áudio, instrumentos musicais (instrumental), caderno para a composição das letras.

Descrição da atividade

A atividade propõe a criação de um EP original, desenvolvido pelos/as jovens ao longo de várias sessões práticas e colaborativas, e tem como objetivo proporcionar uma experiência artística completa, que abrange desde a conceção de ideias até à gravação final e à divulgação do trabalho musical.

Primeiro vão realizar-se sessões onde os/as jovens partilham os seus gostos musicais, referências artísticas e experiências pessoais. A partir desses momentos de partilha, são identificados temas e emoções que vão servir de base para criar as músicas.

Na fase seguinte é-lhes proposto que componham as letras das músicas e com apoio dos/as técnicos, desenvolvem os textos e melodias que vão integrar o EP. Aqui, a autenticidade e a liberdade criativa são o foco permitindo que cada participante contribua com ideias, versos ou arranjos musicais, de acordo com as suas capacidades e interesses.

De seguida, ocorrem sessões, onde se exploram diferentes ritmos, estilos e instrumentos. Estas sessões promovem o contacto direto com a música, reforçando competências como a coordenação, concentração e o improviso. Logo depois passam à gravação das faixas musicais, utilizando equipamentos de som adequados (microfones, computadores com software de edição, headphones, etc.).

Após a gravação, é criada a identidade visual do EP, incluindo o nome, a capa e uma pequena descrição do conceito artístico. Esta etapa pode envolver também a colaboração com outras áreas artísticas, como design gráfico ou fotografia.

Por fim, organiza-se uma sessão pública de audição e lançamento do EP, que pode ser aberta à comunidade, familiares ou parceiros do projeto. Este momento serve para celebrar

o percurso criativo dos/as participantes, reforçar a sua autoestima e valorizar os seus pensamentos e ideais.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e artísticas: criatividade, expressão artística, trabalho em equipa, autoconfiança, comunicação, pensamento crítico.

Competências de literacia digital e sonora (escrita, composição e edição musical).

Benefícios

- Promove a autonomia e a identidade artística dos jovens.
- Estimula o trabalho colaborativo.
- Contribui para a valorização das expressões culturais locais.
- Possibilita a criação de um produto artístico que reforça a autoestima e o reconhecimento público.

A nossa primeira música: https://url-shortener.me/7N3L

Artes Visuais

#12 A Camisa do Pai

Projeto

Borba2i - Integrar e Incluir – E9G

Contacto

borba2i.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Criatividade · Trabalho de equipa · Concentração · Motricidade fina.

Destinatários

Crianças dos 6 aos 11 anos.

Objetivo/s

Desenvolvimento da motricidade fina.

Estimular a concentração e a paciência.

Aprimorar a memória e a sequência lógica.

Fortalecimento do senso de responsabilidade.

Promoção do trabalho em equipa.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: modelagem de papel – origami.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Folha de papel colorido (tipo impressão), lápis de cor, esquema de origami[6].

Descrição da atividade

A atividade consiste na realização de um origami para os/as participantes oferecerem no âmbito do Dia do Pai.

Num primeiro momento é realizada pelos técnicos do projeto, uma demonstração da construção do origami junto das crianças mais velhas que aprendem a técnica de modelagem de papel, criando um origami em forma de camisa com a respetiva gravata.

Posteriormente, num segundo momento as crianças mais velhas, repetem a construção do mesmo origami, partilhando a aprendizagem com as mais novas, demonstrando e apoiando a realização do origami por essas.

No final, cada um/a dos/as participantes pode embelezar o seu origami, através de desenho com lápis de cor.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências emocionais: expressão emocional e autoconfiança.

Competências sociais: comunicação, colaboração e respeito pela diversidade.

Desenvolvimento das competências de coordenação motora e motricidade fina.

[6] Consultar esquema de origami no Anexo 2.

Benefícios

- Melhoria da autoestima - na medida em que criar algo com as próprias mãos pode aumentar a autoestima e a confiança em si próprio/a).
- Desenvolvimento da criatividade - o origami despoleta habilidades de resolução de problemas e de pensamento lógico.
- A partilha da experiência de crianças/ jovens mais velhos com os/as mais novos/as promove a melhoria ao nível do relacionamento interpessoal e reforço das ligações afetivas.

#13 Arte que Renasce

Projeto

Pontes de Inclusão – E9G

Contacto

pontesdeinclusao.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Artes visuais · Mosaico · Sustentabilidade · Reciclagem criativa · Expressão artística · Coordenação motora fina · Processo criativo · Materiais reutilizáveis · Autonomia · Imaginação · Cidadania ecológica · Educação artística.

Destinatários

Crianças dos 6 e aos 8 anos.

Objetivo/s

Estimular a criatividade e coordenação motora fina.

Trabalhar o conceito de reaproveitamento e sustentabilidade.

Desenvolver a paciência e o trabalho em etapas.

Promover a expressão artística através da técnica do mosaico.

Criar oportunidades de partilha e comunicação interpessoal.

Estimular a oralidade, a escuta ativa e a valorização do trabalho do outro.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: recorte e colagem (mosaico).

Espaço

Sala ampla com mesas e cadeiras para cada participante.

Materiais

Sobras de cartolina, papel colorido, papel de revista e jornal, pedaços de goma EVA de várias cores, cola, tesouras sem ponta, lápis para esboçar, folhas de papelão ou cartolina como base (tamanho A4 ou maior), moldes de formas simples (coração, estrela, árvore, etc.) para quem preferir seguir um modelo.

Descrição da atividade

Iniciar a atividade sugerindo às crianças que terão uma experiência criativa e sustentável, na qual irão aprender que arte e reciclagem podem caminhar juntas para criar algo bonito e significativo. Explicar o que é a técnica do mosaico, mostrando exemplos simples.

Conversar sobre a importância de reutilizar materiais e sobre como podemos dar nova vida a objetos que seriam descartados. Cada criança escolhe o que deseja criar — pode ser uma figura simples, como um animal, uma flor ou formas geométricas abstratas. Caso prefiram, poderão utilizar moldes pré-desenhados para facilitar.

Mostrar como cortar ou rasgar pequenos pedaços irregulares dos materiais disponíveis (tamanho médio: 2 cm). Incentivar a mistura de cores e texturas para deixar o mosaico mais interessante. As crianças começam a colar os pedaços na base escolhida, preenchendo as áreas do desenho com os materiais reciclados.

Orientar para que iniciem pelas bordas e, em seguida, preencham o interior, destacando que os pedaços podem ser sobrepostos para criar diferentes efeitos.

Cada criança apresenta o seu trabalho ao grupo, explicando o tema escolhido e o processo criativo.

No final os trabalhos podem ser expostos, criando um "mural de arte sustentável".

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competência criativa e expressiva: imaginação e liberdade criativa.

Competência motora fina: destreza manual.

Competência estética e sensível: perceção visual, o gosto pelo equilíbrio de formas e cores.

Competência de sustentabilidade e cidadania: reutilização de materiais e reflexão sobre o consumo.

Competência de planeamento e organização: respeito pelas etapas do processo criativo, paciência e foco.

Competência comunicativa: capacidade de partilha e apresentação oral.

Competência social e emocional: autoestima, o sentido de pertença ao grupo e a empatia.

Benefícios

- Exploração livre da criatividade: a atividade oferece um espaço estimulante para que as crianças experimentem composições visuais, misturem cores, texturas e formas de maneira original, incentivando a imaginação e o pensamento artístico.
- Desenvolvimento da linguagem visual: permite que as crianças aprendam a comunicar ideias, sentimentos e histórias através da arte, mesmo sem recorrer à linguagem verbal.
- Valorização do processo criativo: ao trabalharem em etapas — do esboço à finalização —, as crianças aprendem a importância do percurso, da experimentação e da persistência para alcançar um resultado final.
- Promoção da autoconfiança: ao verem suas criações prontas e partilhadas com o grupo, sentem-se valorizadas, fortalecendo a autoestima e o sentimento de conquista.
- Estímulo à atenção e à concentração: a construção do mosaico exige foco, paciência e cuidado com os detalhes, contribuindo para a regulação emocional e a disciplina interna.

- Educação ambiental e consciência social: o uso de materiais reciclados desperta nas crianças uma atitude consciente e responsável em relação ao meio ambiente, promovendo valores de cidadania e sustentabilidade.
- Inclusão e equidade**:** a proposta valoriza o uso de materiais acessíveis e promove uma abordagem inclusiva, em que todas as crianças podem participar independentemente das suas condições socioeconômicas ou habilidades técnicas.

#14 Borboletas Encantadas

Projeto

AventurArte - E9G

Contacto

aventurarte.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Espontaneidade criativa · Respiração · Imaginação · Desenvolvimento motor.

Destinatários

Crianças e Jovens.

Objetivo/s

Estimular o desenvolvimento motor.

Desenvolver o conhecimento das cores.

Explorar a espontaneidade criativa.

Estimular a criatividade e a imaginação.

Aprender a lidar com o imprevisto e frustração.

Reforçar a autoestima.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura.

Espaço

Requer um espaço amplo, com mesas e cadeiras, calmo e confortável, onde os/ as participantes possam desfrutar da atividade em pleno, ex.: ar livre, estúdio, sala de aula.

Materiais

Tintas guache, conta gotas, gobelés, folhas A3 papel cavalinho, palhinhas, água e pinceis.

Descrição da atividade

Iniciar a atividade começando por explicar e demonstrar ao grupo como funciona a técnica do borrão. A técnica do Borrão é uma apropriação artística e educativa dos princípios do teste de "Rorschach" — transformando o olhar, num olhar criativo e imaginário.

De seguida distribuir os materiais necessários, a cada criança, para a elaboração correta da atividade, ou seja, gobelés, tintas, pinceis, água, folhas de papel e palhinhas.

A atividade consiste em colocar pequenas quantidades de tinta líquida de várias cores (como guache) sobre uma folha de papel branco. Em seguida, a tinta é espalhada ou soprada de forma aleatória, posteriormente o papel é dobrado ao meio e pressionado na dobra para fora, no final a folha é aberta.

Ao desdobrar o papel, surgem formas inesperadas — a que damos o nome de borrões — cada criança observa e interpreta livremente as manchas e/ou formas. Surgem imagens escondidas nas manchas de tinta (animais, rostos, plantas, monstros, etc.).

Após serem observadas, há a possibilidade de serem complementadas com o desenho de traços, linhas, recortes e colagens, cores adicionais, materiais recicláveis...

No final pode-se promover um momento de apreciação coletiva dos trabalhos e partilha acerca das imagens que foram surgindo das formas de tinta e relações afetivas com as mesmas.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, emocionais, sociais e/ou cognitivas: autoestima, autoconfiança, gerir a frustração, lidar com o imprevisto, resiliência, coordenação motor fina, comunicação, capacidade visuoespacial, atenção e concentração.

Competências artísticas e culturais: criatividade, perceção visual, imaginação, liberdade e espontaneidade criativa, capacidade de observação e contemplação.

Benefícios

- Estímulo à imaginação e ao pensamento criativo, ao incentivar a criação livre a partir de formas não-planeadas.
- Desenvolvimento da expressividade individual, dando espaço para que cada participante encontre a sua própria linguagem artística.
- Promoção da autoestima e da confiança, ao valorizar as produções únicas e originais de cada participante.
- Incentivo à resiliência e à flexibilidade, mostrando que o erro ou o acaso podem ser (re)significados de forma positiva.
- Criação de um ambiente inclusivo e participativo, onde todos/as os/as participantes, independentemente do nível de habilidade, encontram uma forma de se expressar.
- Fortalecimento da relação entre arte e aprendizagem, tornando o espaço envolvente dinâmico, criativo e motivador.

#15 Carimbos da Floresta

Projeto

Cercar-te no Lagarteiro – E9G

Contacto

cercartenolagarteiro.e9g@espacot.pt

Palavras-chave

Confiança · Criatividade · Imaginação · Natureza · Texturas · Formas · Liberdade.

Destinatários

Crianças e Jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade e a imaginação.

Desenvolver a coordenação motora fina.

Explorar texturas e formas da natureza.

Favorecer a expressão individual.

Valorizar o contato com a natureza.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura e desenho.

Espaço

Espaço amplo, com mesas e cadeiras, com luz e que seja um local tranquilo.

Materiais

Folhas A4 ou A5, várias folhas de árvores, paus; galhos, tintas acrílicas (várias cores), pincéis, bandejas de tinta, copos com água, lápis e marcadores de cores.

Descrição da atividade

As crianças e jovens são incentivadas a procurar elementos da natureza (folhas, paus, galhos) e escolher alguns desses para carimbar. A ideia proposta será a de criarem um desenho livre através de carimbos de elementos da natureza.

Devem pegar nas folhas de arvores, galhos ou paus escolhidos, pintar com as cores ao seu gosto pressionar sobre a folha de papel (tipo carimbo).

Depois de carimbar, e a partir das formas/ imagens que surgem na folha de papel, e num jogo de associações livres, é proposto que criem um desenho, com recurso a lápis ou marcadores de cores, exercitando a sua imaginação (animais; objetos; natureza...).

Sugestão: a atividade também poderá ser realizada em grupo, tendo apenas uma base de papel (ex. papel de cenário) e juntando a elementos da natureza, objetos do dia-a-dia para carimbar.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências cognitivas: foco, atenção, perceção visual.

Competências artísticas: criatividade, imaginação, sentido estético.

Competências motoras: motricidade fina.

Competências sociais e emocionais: linguagem e comunicação, autoconfiança, relaxamento e bem-estar.

Benefícios

- Estimula a criatividade e imaginação.
- Desenvolve a motricidade fina.
- Estimula a concentração e o foco.
- Favorece o contato com a natureza.
- Desenvolve habilidades sensoriais.
- Potencia a liberdade criativa.

#16 Colagens do Eu

Projeto

Quero Ser Mais – E9G

Contacto

querosermais.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Autorretrato · competências · autoconceito · Autocuidado · Criatividade.

Destinatários

Crianças e jovens dos 6 aos 16 anos.

Objetivo/s

Promover o desenvolvimento de competências emocionais, pessoais, sociais e cívicas.

Reforçar a autoestima e a valorização pessoal.

Potenciar a cooperação em grupo.

Desenvolver habilidades cognitivas.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: desenho, pintura, recorte, colagem e costura (combinação de realismo com impressionismo).

Espaço

Sala com mesas e cadeiras.

Acesso a eletricidade.

Materiais

Placa de MDF retangular de 60x30 cm, tecidos de texturas e cores diferentes, lãs, tesouras, agulhas, linhas, cola liquida, pistola de cola quente, caneta grossa, estojo de maquilhagem e espelho.

Descrição da atividade

A atividade inicia-se com a criação de um ambiente tranquilo e seguro, convidando os participantes a refletirem sobre quem são, como se veem e como gostariam de ser vistos. Algumas perguntas podem orientar esse momento, como: *Que cores me representam hoje? Que emoções trago dentro de mim?*

Em seguida, cada participante é convidado a observar-se no espelho com atenção, sem julgamentos. Este momento deve incentivar a perceber não apenas os traços físicos, mas também as expressões e os sentimentos que surgem durante a observação.

Na fase seguinte, inicia-se a confeção do autorretrato. Os participantes escolhem os tecidos para a moldura e recortam quadrados de tamanhos iguais (6x4 de 5 cm cada). Em seguida, cozem os quadrados em faixas de seis unidades e passam-nas a ferro. Depois, fazem o contorno do perfil em tecido, recortam-no e colam o perfil no tecido que reveste a placa de MDF.

É importante explicar que o retrato não precisa ser realista. Pode misturar diferentes técnicas — como desenho, pintura e colagem — e representar o interior de cada um: emoções, sonhos, experiências, medos e forças. Podem também ser incluídas imagens ou cores que tenham um significado pessoal. O rosto pode ser desenhado com marcadores e caracterizado com maquilhagem; os tecidos ou lãs escolhidas para o cabelo são colados no perfil, completando a criação.

No momento da partilha, quem desejar pode apresentar o seu autorretrato e falar sobre a experiência. É essencial reforçar o respeito e a escuta ativa entre os participantes.

No final, pode ser realizada uma exposição com os trabalhos criativos, valorizando o processo e os (re)significados construídos ao longo da atividade.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais, emocionais, cognitivas e artísticas: autoconceito e autocuidado, autocontrolo e resiliência, gestão da frustração, comunicação eficaz e assertiva, interajuda e cooperação, criatividade, concentração, foco.

Benefícios

- Permite desenvolver competências socio emocionais fundamentais para a construção de uma identidade positiva, saudável e resiliente.
- Promove a autoexploração, e favorece o crescimento emocional.
- Desenvolve a capacidade de comunicação e o respeito pelo outro.
- Promove a capacidade de apreciar o processo criativo e não apenas o resultado final.

#17 Coração de Mãe

Projeto

Este País é para Tod@s – E9G

Contacto

estepaiseparatodos.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Mãe · Expressão Plástica · Postal Criativo · Reciclagem · Afetos · Colagem · Pintura.

Destinatários

Crianças dos 6 aos 9 anos.

Objetivo/s

Promover a expressão criativa através da produção de um postal artístico para o Dia da Mãe.

Desenvolver a motricidade fina e o sentido estético.

Estimular a afetividade e a valorização das relações familiares.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: colagem, pintura, desenho.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Cartolina reciclada, revistas velhas, tecidos, botões, lã, tesouras sem ponta, cola branca, tintas guache, pincéis, canetas de feltro, lápis de cor.

Descrição da atividade

Cada criança irá criar um postal artístico para oferecer à sua mãe. Será feita uma breve conversa inicial sobre o significado do Dia da Mãe, seguida de uma demonstração da técnica.

As crianças podem optar por desenhar ou pintar formas e figuras, sobre uma base de cartolina dobrada, utilizando lápis de cor, canetas de feltro ou tintas, e/ou escolhendo materiais reciclados para recortar e colar, construindo livremente as formas que desejarem. No interior, escreverão uma mensagem pessoal à mãe. A atividade será orientada com liberdade criativa e apoio técnico sempre que necessário.

No final sugere-se a partilha das criações entre o grupo, e uma reflexão sobre os afetos que emergiram durante o processo criativo.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais: comunicação de emoções, reforço da autoestima, valorização das relações interpessoais.
Competências artísticas e cognitivas: criatividade, sentido estético, motricidade fina.

Benefícios

- Fortalece os laços familiares.
- Estimula a autoestima das crianças ao verem a sua criação valorizada.
- Promove a sustentabilidade através da reutilização de materiais.
- Cria um momento de partilha emocional e artística.

#18 Cores da Resistência: a arte que une

Projeto

B!Equal – E9G

Contacto

b.equal.e9g@caritasbraga.pt

Palavras-chave

Arte · Criatividade · Amor.

Destinatários

Crianças e Jovens.

Objetivo/s

Reconhecer que na arte reside uma forte arma de desconstrução de preconceitos e de valorização das subjetividades de cada um.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura, colagem, desenho.

Espaço

Sala ampla com mesas e cadeiras.

Materiais

Tintas acrílicas e guaches, cartolinas e papel de grandes dimensões, pincéis, esponjas, lápis de cor, marcadores, tesouras, colas, materiais recicláveis, plásticos ou jornais para proteção das superfícies.

Descrição da atividade

A proposta convida os/as participantes a criarem uma obra que represente a resistência contra os preconceitos e a celebração da diversidade. A atividade inicia com uma partilha em grupo sobre a temática apresentada, onde cada um pode dar voz às suas ideias, pensamentos e sentimentos.

De seguida é proposto que cada participante escolha cores e formas que representem a sua história, sentimentos ou identidade, e realize uma criação individual através da pintura, recorte e colagem de materiais reciclados.

Quando todos tiverem terminado, são unidas todas as criações individuais, criando-se um mural coletivo.

A mediação é feita com o incentivo a momentos de partilha e reflexão durante e no final o processo criativo, fazendo sempre a ligação ao tema lançado.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: consciência social e empatia, capacidade de trabalho em grupo, comunicação e autorrepresentação, autoconfiança e pensamento crítico.
Competências artísticas: expressão criativa e sensibilidade estética

Benefícios

- Estimula a criatividade e a liberdade de expressão.

- Reforça o espírito de grupo e o sentimento de comunidade.
- Proporciona um espaço seguro para explorar emoções e identidades.
- Valoriza a diversidade cultural e pessoal.
- Desenvolve a sensibilidade artística e o gosto pela arte.

#19 Cravos da Liberdade: memórias de Abril

Projeto

Percursos (De)Talhados - E9G

Contacto

percursosdetalhados.e9g@gmail.com

Palavras-chave

25 de abril · Liberdade · Cravos · Memória · Expressão Artística · Participação Intergeracional.

Destinatários

Crianças, jovens e adultos.

Objetivo/s

Compreender o simbolismo do 25 de Abril e a importância da liberdade.

Estimular a criatividade e confiança no processo de criação artística.

Promover o espírito de equipa entre pares e intergeracional.

Estimular a participação ativa das crianças e jovens em ações de cariz cultural e comunitário.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: recorte e modelagem de papel.

Espaço

Sala ampla com mesas e cadeiras.

Materiais

Papel crepe vermelho, tesouras, colas, paus de espetada e papel autocolante de tons verde.

Descrição da atividade

A proposta artística é feita aos participantes do projeto: crianças, jovens e adultos (membros do bairro), sendo sugerido que criem cravos de papel, de forma bastante criativa e expressiva, por forma, a celebrar e relembrar a importância do 25 de Abril.

A atividade deve iniciar com uma demonstração da técnica de dobragem e recorte do papel, de forma a construir cravos de papel: recortar uma faixa de papel crepe de cerca de 5 cm de altura por 50 cm de comprimento; dobrar a faixa em ziguezague, com dobras de mais ou menos 2 cm; cortar as duas extremidades superiores do ziguezague em formato arredondado, o que dará o aspeto das pétalas; para o caule devem enrolar o papel autocolante ao longo do pau de espetada; de seguida desenrolar o papel crepe vermelho e enrolar a faixa inteira ao redor da ponta do caule, deixando a parte arredondada para cima (como se estivesse formando uma espiral); torcer levemente a base enquanto enrola para dar volume e formato natural; podem usar uma fita para fixar bem a base da flor no caule/ pau de espetada.

Abrir e desdobrar suavemente as camadas de papel na parte superior, ajeitando as pétalas até o formato desejado.

Ao mesmo tempo que crianças e adultos vão criando cada pequena pétala dos cravos, contam-se histórias do tempo do 25 de abril, num movimento de interação entre gerações reflete-se sobre a vida de antes e depois do 25 de abril. As crianças e jovens colocam questões e os adultos despertam a sua curiosidade.

Posteriormente, e já com os cravos prontos, as crianças e os jovens realizam no espaço publico, uma marcha simples, mas bastante simbólica e entregam os cravos aos moradores do bairro, tocando às campainhas e gritam pela liberdade.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: pensamento crítico, autonomia, trabalho em equipa, comunicação.

Competências de Cidadania: participação cívica ativa.

Benefícios

- Estimula o pensamento critico e a reflexão sobre temas sociais marcantes, através da expressão plástica.
- Reforça as relações intergeracionais.
- Valorização da participação dos jovens em contextos culturais e cívicos.

#20 Dentro de Mim

Projeto

A Escolha é Tua! – E9G

Contacto

aescolhaetuae9g@centrosocialdesoutelo.com

Palavras-chave

Mudanças · Emoções · Reflexão · Identidade · Pertença · Criatividade.

Destinatários

Crianças do 1.º Ciclo, a partir do 2. º ano.

Objetivo/s

Trabalhar a identidade pessoal e a perceção do futuro.

Refletir sobre o crescimento pessoal e as mudanças ocorridas.

Estimular o autoconhecimento e o pensamento positivo.

Desenvolver a motricidade fina.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: dobragem, recorte e desenho.

Espaço

Sala com mesas e cadeiras.

Materiais

Folhas A4 brancas, lápis, borracha, tesoura sem ponta, lápis de cor, giz de cera, marcadores de cores.

Descrição da atividade

A atividade convida as crianças a explorarem a sua identidade pessoal e o seu crescimento emocional através da expressão visual. Cada criança escreverá o seu nome numa folha A4 dobrada ao meio, recortando-o de forma a criar uma composição simétrica. Ao abrir a folha, deverá desenhar ou representar graficamente as mudanças que ocorreram na sua vida ao longo do último ano.

A proposta associa o nome próprio — símbolo da identidade — à ideia de mudança e evolução pessoal, promovendo a autoexpressão, o autoconhecimento e o pensamento positivo através de uma linguagem artística acessível e lúdica.

O momento inicial pode começar com uma conversa orientadora, a partir de perguntas como:

- “O que mudou na vossa vida desde o ano passado?”
- “O que aprenderam de novo?”
- “O que vos faz sentir mais crescidos ou mais felizes hoje?”

Incentivar as crianças a partilharem pequenas conquistas, como aprender a ler, fazer novos amigos, mudar de casa ou ganhar um animal de estimação.

Para realizar a proposta, cada criança deve dobrar a folha A4 ao meio, verticalmente, como um livro, e escrever o nome encostado à dobra, com letras grandes e, se possível, ligadas. Em seguida, recorta cuidadosamente o contorno do nome, sem separar as partes ligadas à dobra, e abre a folha, revelando o nome de forma simétrica, como um reflexo.

No interior, desenha as mudanças que aconteceram desde o ano anterior — por exemplo, aprender a ler, ganhar um amigo ou deixar de ter medo de algo.

Por fim, as crianças partilham com o grupo as suas criações e o significado das mudanças representadas.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências motoras: motricidade fina.

Competências de comunicação: linguísticas e visuais.

Competências socio emocionais: autoestima, identidade, sentimento de pertença, empatia, integração entre pares; criatividade, valorização do percurso de vida.

Benefícios

- Reforço da autoestima e valorização pessoal, pois ao reconhecer e expressar as suas conquistas, a criança sente-se mais confiante e valorizada.
- Favorece também uma maior consciência emocional, ajudando ao reconhecimento e à verbalização de emoções e mudanças positivas.
- O sentimento de pertença é fortalecido através da partilha dos trabalhos em grupo, promovendo laços sociais e reduzindo o isolamento.
- Promove inclusão cultural e identitária, sendo flexível e respeitando diferentes experiências de vida, acolhendo a diversidade cultural e pessoal.
- Estimula a motivação para aprender, ao associar o crescimento pessoal à criatividade, tornando a aprendizagem significativa e motivadora.
- Contribui para o desenvolvimento da resiliência e do pensamento positivo, enfatizando a superação e o crescimento mesmo em situações desafiantes, ajudando a fortalecer um sentimento de esperança.

#21 E depois do Rabisco!

Projeto

Futuro Na Nós Mó - E9G

Contacto

futuronanosmo.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Liberdade criativa · Desbloqueio · Autoconhecimento · Expressão Artística · Superação de Medos · Criatividade.

Destinatários

Crianças dos 6 aos 12 anos.

Objetivo/s

Libertar o medo de riscar espontaneamente e estimular a imaginação.

Incentivar o autoconhecimento através da expressão artística.

Desenvolver a criatividade e desbloquear medos.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: desenho e pintura.

Espaço

Sala equipada com mesas e cadeiras, música ambiente e aromaterapia.

Materiais

Folhas brancas A4, lápis, tintas e/ou lápis aguareláveis, música calma e aromas olfativos.

Descrição da atividade

Cada criança senta-se à mesa e recebe uma folha A4 e um lápis. O facilitador explica o exercício e cria um ambiente acolhedor com música ambiente e aromaterapia.

As crianças fecham os olhos e ouvem a música, deixando-se envolver pela experiência.

Com os olhos fechados, pegam no lápis e rabiscam livremente na folha, seguindo os movimentos que sentirem – círculos, curvas, retas, linhas, entre outros.

Após alguns minutos, abrem os olhos e observam o que criaram.

Na segunda fase, são incentivadas a usar tintas ou lápis aguareláveis para pintar e criar formas ou texturas a partir dos seus rabiscos.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais, emocionais e cognitivas: criatividade, imaginação, concentração, foco, coordenação motora fina e expressão emocional através da arte.

Benefícios

- Ajuda as crianças a superar bloqueios criativos e emocionais.
- Estimula a liberdade de expressão sem julgamentos.
- Favorece a concentração e a conexão com as emoções através da arte.
- Promove o autoconhecimento e a autoconfiança.

#22 Gente Grande nas Mãos Pequenas!

Projeto

Está do Aço – E9G

Contacto

estadoaco.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Arte · África · Personalidades · Diversidade Cultural · Expressão Visual · Identidade.

Destinatários

Crianças e Jovens.

Objetivo/s

Promover o conhecimento sobre países africanos e as suas culturas.

Valorizar personalidades africanas que marcaram a história ou a atualidade.

Desenvolver a capacidade de pesquisa, expressão artística e pensamento crítico.

Fomentar a empatia, a inclusão e o respeito pela diversidade.

Exploração de linguagens visuais e simbólicas associadas à identidade cultural.

Mediação através de narrativas orais e visuais sobre países/personagens.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: desenho e pintura de retratos.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras, boa iluminação e acesso a materiais artísticos.

Materiais

Papel de desenho ou telas de pintura, lápis de carvão, borrachas, marcadores, tintas guache, tintas em spray, pincéis, máscaras para proteção, fotografias de personalidades africanas, mapas dos países africanos, material digital (computadores/tablets para pesquisa e impressora).

Descrição da atividade

Após uma breve introdução sobre o continente africano, cada criança/jovem escolhe um país africano para explorar.

De seguida são convidados a pesquisar sobre personalidades significativas dessa nação (líderes, artistas, ativistas, cientistas, etc.). Posteriormente, selecionam uma das personalidades e produzem um retrato artístico da personalidade escolhida, com recurso às técnicas de desenho e pintura.

No final, cada participante realiza uma breve apresentação oral ou escrita sobre a vida e legado da personalidade escolhida.

A atividade pode culminar numa pequena exposição ou galeria.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania

Competências a desenvolver

Competências artísticas: expressão visual e criatividade.

Competências pessoais, sociais, emocionais e cognitivas: capacidade de pesquisa e tratamento de informação, comunicação oral e escrita, valorização da diversidade cultural,

capacidade crítica e reflexiva, empatia e sentido de pertença.

Benefícios

- Promove a autoestima de jovens afrodescendentes e a valorização da diversidade cultural.
- Estimula a curiosidade e conhecimento cultural e histórico.
- Promove o respeito pela diversidade.
- Desenvolve competências artísticas e oferece uma via de expressão criativa sobre temas relacionados com a identidade e sentido de pertença.

#23 Imagens que falam

Projeto

Eu amo Sac – E9G

Contacto

euamosac.pe@gmail.com

Palavras-chave

Fotografia · Exposição · Arte · Voz · Imagem.

Destinatários

Crianças e jovens e público em geral.

Objetivo/s

Capacitar na identificação, registo e reflexão sobre características pessoais e comunitárias.

Desenvolver a capacidade crítica e analítica.

Desenvolver e praticar a arte da fotografia.

Criar uma exposição fotográfica.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: fotografia.

Espaço

Espaços ao ar livre na comunidade, espaço do projeto (a atividade pode realizar-se em qualquer lugar, bastando adaptar as perguntas para os espaços disponíveis).

Materiais

Equipamentos de captação de imagem (telemóveis ou máquinas fotográficas), computadores, papel e canetas, material para a exposição, consentimentos de imagem informados.

Descrição da atividade

FASE 1 – Introdução sobre a metodologia "Photovoice"[7]:

"Photovoice" é uma metodologia em que os/as participantes usam fotografias tiradas por eles/as próprios/as para documentar e refletir sobre suas vivências, promovendo o diálogo e influenciando mudanças sociais ou políticas. Para isso é escolhido um tema e são colocadas perguntas/declarações sobre o mesmo. Cada pergunta será respondida com uma fotografia. No final poderá ser criada uma exposição com os trabalhos e abrir à comunidade ou famílias, e/ou realizar-se uma atividade no projeto para debater e refletir os temas.

1. Definição do tema e das perguntas

O tema e as perguntas podem estar previamente definidos pela equipa técnica ou escolhidos pelo grupo de participantes. Exemplo de temas: como é viver no meu bairro? Quem sou eu? Ser adolescente hoje...

Exemplo de perguntas/declarações:

Tema: Como é viver no meu bairro?

- O sítio que me faz sentir em casa; - A diversidade cultural; - A nossa identidade; - O que não trocava; - O precisa mudar.

Tema: Quem sou eu?

[7] Photovoice é uma metodologia participativa de pesquisa e intervenção social que combina fotografia com narrativa pessoal. Foi desenvolvida por Caroline Wang e Mary Ann Burris na década de 1990, com o objetivo de dar voz a comunidades marginalizadas ou pouco representadas, permitindo que expressem suas experiências, desafios e pontos de vista por meio de imagens captadas por elas mesmas.

- O que melhor me define; - O que não vivo sem...; - Não gosto; - O que me emociona; - O que me tira do sério.

Depois do tema escolhido e das perguntas/afirmações que devem ser respondidas por cada fotografia, debatem-se em grupo, formas de as representar nas fotografias e definem-se prazos para que cada pessoa fotografe as suas respostas, como por exemplo 1 semana. Como opção as fotografias também podem ser tiradas no próprio dia da atividade, com o apoio da equipa técnica.

Para cada pergunta/declaração podem ser tiradas várias fotografias que depois serão selecionadas, de forma a escolher apenas uma.

2. Processo fotográfico

São distribuídas câmaras fotográficas pelos/as participantes e dadas explicações de como as utilizar, e/ou deve ser dada uma breve formação sobre fotografia no telemóvel (enquadramento, foco...).

Regras: não devem ser tiradas fotografias a caras de pessoas (além do próprio). Caso seja realmente importante, deve ser acautelado o respetivo consentimento de imagem.

FASE 2 - Balanço do trabalho executado pelos/as participantes

Nesta fase realiza-se a discussão sobre as fotografias, facilitando o diálogo e a reflexão crítica em torno das fotografias que devem ser contextualizadas pelos autores.

Para cada resposta/declaração cada participante, em conjunto com o grupo deve selecionar apenas uma fotografia.

FASE 3

1. Executar os produtos visuais físicos e imprimir ou escrever as descrições no formato acordado.

Para cada fotografia escolhida deve ser feita uma descrição em texto (pode usar-se papel e caneta ou computador). E cada participante deve fazer uma breve biografia sua que será acompanhada de uma foto individual.

2. Planear a exposição ou atividade final (mostra)

Planear com os participantes um formato para partilhar as fotografias e as suas descrições e biografias. Ex: revelar as fotografias das máquinas descartáveis, editar e imprimir as fotos nos telemóveis no tamanho definido...

Definir se será realizada uma exposição ou atividade de grupo para visualização e reflexão do produto final.

FASE 4 - Exposição ou atividade para divulgação dos trabalhos e reflexão dos temas.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências de cidadania: consciência coletiva e participação coletiva ativa.

Competências pessoais e sociais: trabalho em equipa, capacidade de reflexão, autoconfiança.

Competências artísticas: criatividade, técnicas de produção e tratamento de imagem, criação de texto.

Benefícios

- Promove o pensamento crítico e criativo.
- Potencia competências de análise reflexiva.
- Desenvolve técnicas artísticas de fotografia e escrita.
- Promove o diálogo coletivo, influenciando mudanças sociais ou políticas.
- Capacita para a literacia digital através do uso do uso de telemóvel para outros fins.

#24 Impressões de Abril

Projeto

Nós com os Outros - E9G

Contacto

nco.e9g@amatolusitano-ad.pt

Palavras-chave

25 de Abril · Liberdade · Convívio Intergeracional · Memória Coletiva · Artes plásticas · Estampagem.

Destinatários

Crianças, adultos e idosos.

Objetivo/s

Promover o convívio intergeracional através da arte e da partilha de histórias.

Valorizar a memória coletiva associada ao 25 de Abril.

Desenvolver a criatividade através da técnica de estampagem em linóleo.

Estimular a expressão artística e a reflexão sobre valores como liberdade, democracia e solidariedade.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: gravura em linóleo e pintura a guache.

Espaço

Parque/ espaço de lazer ao ar livre (ou outro espaço comunitário ao ar livre, amplo e acessível).

Materiais

Placas de linóleo pré escavadas com elementos alusivos ao tema, tintas linóleo à base de água, rolos de tinta, papel para estampagem, cartões para pintar a guache, cavaletes (para pessoas como mobilidade reduzida), pincéis, cordas/cordéis e molas para o "estendal-exposição", mesas de apoio e plásticos de proteção, zona de lavagem, coluna de som e playlist 25 de abril.

Descrição da atividade

A atividade consiste numa oficina de criação artística inspirada no 25 de Abril de 1974. Crianças, jovens e pessoas idosas realizam impressões de gravuras em linóleo[8] sobre papel, pintam cartazes a guache e, em simultâneo, partilham histórias, poemas e músicas ligadas à liberdade e à democracia.

Numa primeira fase antes de iniciar esta atividade podem ser previamente realizados (pelas crianças e jovens) desenhos relativos à temática, sobre a placa de linóleo ou podem ser desenhados num esboço e transferi-los com papel vegetal, tendo sempre em conta que a imagem ficará invertida (espelhada) quando impressa.

De seguida usando as goivas, as crianças escavam as partes que não pretendem imprimir, ou seja, são as partes que ficam em branco após a estampagem. As partes não escavadas são as que recebem a tinta. Com o rolo, espalha-se uma camada fina e uniforme de tinta sobre a superfície da placa (as partes em relevo).
Coloca-se o papel cuidadosamente sobre a tinta na placa e pressiona-se (com uma prensa ou à mão). Depois, levanta-se o papel com cuidado — a imagem fica impressa.

A partir destas imagens impressas as crianças/ jovens e os idosos em conjunto, completam

[8] A técnica de estampagem em linóleo, também conhecida como linogravura é um processo de impressão artesanal que consiste em esculpir um desenho numa placa de linóleo, aplicar tinta sobre a superfície e depois transferir a imagem para o papel (ou outro suporte).

os cartazes com recurso à técnica de pintura, ao som de música sobre o 25 de abril e partilhando histórias, memórias e as diferentes perspetivas de cada uma das gerações envolvidas na atividade.

No final, os trabalhos são expostos num "estendal coletivo", aberto para que qualquer participante ou visitante possa levar uma "Impressão de Abril" consigo, ou a afixação dos cartazes no bairro.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais, emocionais e cognitivas: criatividade, expressão plástica, trabalho em grupo e respeito pela diversidade geracional, espírito crítico e reflexão sobre valores democráticos, comunicação oral e escuta ativa - partilha de histórias, poemas e músicas.

Benefícios

- Envolvimento da comunidade numa experiência artística e cultural significativa.
- Fortalecimento das relações intergeracionais.
- Estímulo à criatividade através de técnicas de gravura e pintura.
- Apropriação de símbolos e memórias do 25 de Abril pelas novas gerações.

#25 KdA Urban@ - Mensagens Pró Bairro

Projeto

Redes na Quint@ – E9G

Contacto

redesnaquinta.e9g@inpulsar.pt

Palavras-chave

Multiculturalidade · Representações Sociais · Estereótipos · Preconceitos · Sentimento de Pertença · Inclusão Social.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Através da atuação em espaço público pretende-se ampliar políticas de desenvolvimento social local, promovendo o sentimento de pertença coletivo.

Desenvolvimento de competências artísticas, pessoais e sociais.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: Arte Urbana (desenho, recorte e colagem e stencil).

Espaço

Espaço amplo em sala com mesas e cadeiras para criação dos cartazes.

Mural/Outro espaço exterior para expor os cartazes.

Materiais

Tesouras, X-atos, cola líquida, latas de tinta em spray, stencils, canetas posca (tinta acrílica para paredes), resma papel A4, fotocopiadora, revistas e jornais variados, pinceis, balde, trincha para colar cartazes, cola para paredes.

Descrição da atividade

A atividade inicia com a proposta às crianças e jovens para identificarem as problemáticas e potencialidades do território de intervenção do projeto.

De seguida os/as participantes do projeto, inspirados pelas ideias anteriores, são convidados/as a refletir sobre que mensagens gostariam de transmitir à comunidade local.

A partir destas ideias é proposto que criem cartazes com as mensagens para o bairro e para a comunidade em geral. Estes cartazes são construídos com recurso às técnicas de recorte e colagem de revistas/jornais, fotocópias, e desenho com diferentes materiais e técnicas: stencil, canetas posca, latas de tinta em spray) e escrita tanto para as imagens criadas como para as frases apresentadas em cada cartaz.

Por fim, é realizada uma Exposição[9] na Galeria a Céu Aberto, num espaço do bairro de intervenção.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

[9] A Exposição resultou da colaboração do artista Miguel Januário, fundador do projeto ±**MAISMENOS**±, referência de arte urbana no panorama nacional e internacional.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: autonomia, autoconfiança, gestão emocional, comunicação, cooperação e interajuda, respeito pelos outros.

Competências artísticas e culturais: criatividade, pensamento crítico, exploração de novas técnicas artísticas.

Benefícios

- Estímulo de habilidades cognitivas.
- Desenvolve a expressão emocional.
- Desenvolve a capacidade de comunicação.
- Estímulo à imaginação e criatividade.
- Promove a autoconfiança.
- Reforço das ligações sociais e sentimento de pertença à comunidade.

#26 Mural dos Sonhos

Projeto

Seixo em Ação E9G – E9G

Contacto

seixoemacao.e9g@adeima.pt

Palavras-chave

Artes Visuais · Grafiti · Desenho · Pintura · Criação Coletiva · Expressão Artística · Mural · Colaboração · Imaginação · Sonhos · Composição visual · Técnicas Mistas · Criatividade · Projeto Artístico · Trabalho em grupo · Identidade Visual.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Fortalecer o vínculo das crianças e jovens com a comunidade.

Promover o diálogo e a empatia entre os participantes, bem como a autovalorizarão.

Linguagens artísticas

Artes visuais: desenho e pintura (criação de mural coletivo).

Espaço

Sala ampla com uma parede acessível e segura para realizar uma pintura de grupo. Como opção pode ser realizado em espaço exterior numa parede do bairro ou da escola com a devida autorização prévia.

Materiais

Tintas acrílicas ou à base de água, pincéis de tamanhos variados, rolinhos de pintura, giz/lápis de cera para esboços, stencils, lonas ou jornais para proteger o chão, aventais ou t-shirts velhas para as crianças, baldes e panos para limpeza, fita cola de papel para fixar desenhos.

Descrição da atividade

Acolhimento e introdução: reunir as crianças em círculo e apresentar a proposta do "Mural dos Sonhos da Comunidade". Pedir que cada criança partilhe com o grupo um sonho ou desejo para a sua comunidade.

Planeamento Criativo: dividir o mural em quadros ou temas, incorporando as ideias das crianças e propor que comecem por realizar esboços iniciais com giz de cera diretamente na parede.

Execução Artística: terminados os esboços as crianças começam a pintar, desenhar e/ou colar elementos no mural. O trabalho deverá ser realizado em grupos para fomentar a cooperação e garantir que todos/as participam.

Encerramento e Reflexão: no final reunir o grupo para admirar/ contemplar o resultado e partilhar acerca da experiência da criação.

Sugerimos tirar fotos do mural com as crianças e, se possível, realizar uma pequena cerimónia de "inauguração", convidando famílias e entidades locais.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências Sociais e Emocionais: trabalho em equipa, empatia e comunicação.

Competências Criativas e Artísticas: exploração de materiais e técnicas artísticas, imaginação, exploração de ideias e conceitos abstratos, senso estético.

Competências Cognitivas: planeamento, organização e resolução de problemas.

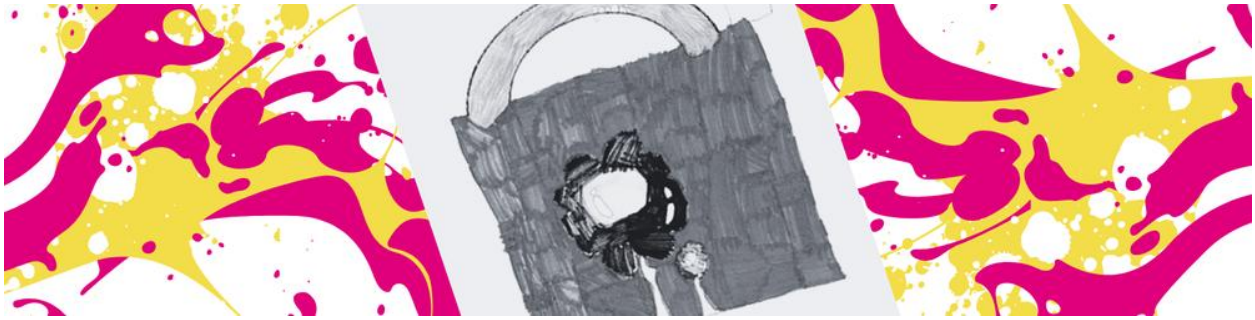
Competências Motoras: coordenação motora fina e grossa.

Competências Culturais e de Cidadania: senso de responsabilidade comunitária, contribuir positivamente para o espaço coletivo, valorização e respeito pela diversidade.

Benefícios

- Fortalecimento da autoestima: ver a sua contribuição no mural dá às crianças um sentimento de importância e reconhecimento pessoal.
- Desenvolvimento da autoconfiança: ao realizarem tarefas artísticas e verem o resultado, as crianças sentem-se mais capazes.
- Facilita a integração social: a colaboração promove vínculos entre os/as participantes, combatendo o isolamento.
- Potencia o diálogo e respeito: ao ouvir e incorporar as ideias dos/as colegas, desenvolvem empatia e respeito pelas diferenças.
- Desenvolve o sentimento de pertença: participar numa transformação visual da comunidade fortalece a ligação com o local e as pessoas.
- Desenvolvimento do pensamento crítico e criativo: refletir sobre os sonhos e como representá-los visualmente estimula o raciocínio simbólico.
- Permite a ampliação do vocabulário artístico e visual: as crianças aprendem novos conceitos e práticas ligadas às artes visuais.
- Desenvolve a capacidade de planear e organizar: desde o esboço até a execução do mural, as etapas exigem estruturação de ideias e tomada de decisões.
- Reforça a identidade cultural: o mural pode refletir elementos locais, tradições e símbolos da comunidade, reforçando o orgulho cultural.
- Reforça a motivação e inspiração para outras iniciativas: o sucesso da atividade pode motivar novas ações coletivas e artísticas locais.

#27 Não é um arco-íris



Projeto

Artes à Escolhas – E9G

Contacto

artesaescolhas.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Imaginação · Enquadramento · Aceitação · Criatividade · Empatia.

Destinatários

Crianças do 1º e 2º ciclos.

Objetivo/s

Aceitar diferentes perspetivas do mesmo objeto/imagem.

Defender a sua perspetiva sobre o objeto/imagem.

Desenvolver o sentimento de empatia e aceitação da diferença.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: desenho.

Espaço

Sala ampla, com mesa e cadeiras.

Materiais

Folha de papel A4, lápis de carvão, lápis de cor ou caneta de feltro.

Descrição da atividade

São distribuídas folhas em que estão representadas duas linhas curvas paralelas.

Sob a premissa de que o desenho não é um arco-íris, os/as participantes deverão integrar estes elementos num desenho.

São informados/as de que não há uma resposta correta ou errada. A partir daqui criam livremente, podendo optar por qualquer um dos materiais artísticos disponibilizados.

Terminada a tarefa, cada um/a deverá explicar a sua visão, a sua perspetiva das linhas e como as integraram no desenho.

No final, será debatido as diferentes formas de ver o mundo perante a mesma realidade.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências de Cidadania: capacidade de argumentação e de justificação das suas escolhas, respeito pela diferença na perceção da mesma realidade.

Benefícios

- Desenvolve a empatia e aceitação da diferença.
- Potencia o pensamento criativo.
- Reforça a capacidade de argumentação nas diferentes perspetivas visuais/afetivas.

#28 O meu Bairro Imaginário

Projeto

Shave - E9G

Contacto

shave.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Criatividade · Expressão Artística · Imaginação · Socialização · Pertença.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade e imaginação.

Promover o desenvolvimento da expressão artística.

Favorecer a socialização e o trabalho cooperativo.

Desenvolver a linguagem oral e a capacidade de argumentação.

Valorizar a arte como meio de expressão pessoal e cultural.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura, desenho, recorte e colagem.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Papel de cenário, folhas brancas A4, lápis de cor, marcadores, papéis coloridos, revistas, cola, tesouras.

Descrição da atividade

Esta atividade propõe que as crianças criem, em grupo, um bairro imaginado por eles/as através de desenhos e colagens.

A atividade tem início com uma conversa sobre o seu Bairro e como seria o seu Bairro ideal, para despertar a imaginação das crianças.

É proposto que cada uma realize uma criação individual, utilizando o desenho e o recorte e colagem de imagens de revistas, com base nas suas ideias.

Na fase seguinte todos colaboram na construção de um mural coletivo, que represente o Bairro Imaginado por todos/as, composto com as criações individuais e complementado com desenho com lápis de cor.

No final, cada criança é convidada a partilhar o que imaginou e criou, explicando o significado da sua obra.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais, emocionais e cognitivas: coordenação motora fina, expressão oral e visual, autoconfiança, cooperação e respeito pelo outro.
Competências artísticas: imaginação e pensamento simbólico, reconhecimento de diferentes técnicas e materiais artísticos.

Benefícios

- Desenvolvimento cognitivo, motor, pessoal, social e emocional.
- Estimulação da imaginação e inovação.
- Expressão pessoal e simbólica.
- Liberdade criativa.
- Sentido de pertença e cooperação.
- Exploração de técnicas e materiais artísticos.

#29 O meu boneco de neve

Projeto

N´Ritmos – E9G

Contacto

nritmos.e9g@prave.pt

Palavras-chave

Neve · Inverno · Natal · Competências · Aprender.

Destinatários

Crianças dos 6 aos 11 anos.

Objetivo/s

Desenvolver competências pessoais e sociais.

Fomentar o espírito de grupo.

Estimular a motricidade fina.

Potenciar a vontade de aprender.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: construção de escultura através de modelagem, pintura e colagem.

Espaço

Sala com mesas e cadeiras que possam ser movidas para formar um círculo, e com pia e água corrente.

Materiais

Papel de caixa de ovos, cola branca, farinha, tintas acrílicas, tecidos e adereços, gravetos de árvore, placa de cartão para colocar na base, pincéis, fita cola, tesoura, toalhitas, recipientes para fazer pasta de papel e para água.

Descrição da atividade

Iniciar a atividade fazendo pasta de papel machê com caixas de ovos, cola branca e farinha, a partir daqui construir a estrutura base com papel revista/jornais, amachucando e arredondando o papel, dando forma à cabeça e ao corpo do boneco.

Envolver toda a estrutura com fita cola e de seguida com a pasta de papel e após a secagem da pasta de papel, pintar o boneco de neve de branco.

Após secagem da tinta, colar os tecidos e adereços, definindo o rosto (olhos, boca, nariz) bem como os braços e ainda podem vestir o boneco de neve com um cachecol de tecido.

No final pode ser proposto aos/às participantes que deem voz aos seus Bonecos de Neve, explorando vivências, histórias e sentimentos que associam ao Natal.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais: autoconfiança, expressão emocional e motivação para aprender.

Competências artísticas: expressão plástica, criatividade e originalidade.

Benefícios

- Desbloqueio do fluxo criativo.
- Estímulo cognitivo e sensorial, através da criação de formas tridimensionais, do brincar com simetria e assimetria.
- Exploração de formas e estruturas através da criação de peças únicas e personalizadas, o que potencia o aumento da autoestima.
- Promove a reutilização de materiais e a sustentabilidade.
- Potencia a construção de narrativas visuais de valorização pessoal e da capacidade de cada um em aprender algo novo.

#30 O tempo nas Cores

Projeto

GerAção em Rede – E9G

Contacto

geracaoemrede.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Expressão Artística · Pintura Coletiva · Inclusão social · Criatividade · Tempo · Mitos · Natureza · Identidade · Participação Comunitária.

Destinatários

Crianças, jovens, adultos e comunidade em geral.

Objetivo/s

Promover a expressão artística e a reflexão sobre os temas tempo, mitos, natureza, vida e escolhas através da pintura coletiva.

Incentivar a partilha de experiências, a conexão entre os participantes e entre várias gerações.

Incentivar à valorização da arte como forma de comunicação e inclusão social.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura (painel visual, simbólico e narrativo).

Espaço

Espaço amplo, bem iluminado, com ventilação adequada e protegido para atividades com tinta.

Materiais

Painel de 1,40m x 1,90m (ex. papel de cenário), tintas guache, pincéis de vários tamanhos, paletas, proteção para o chão e mesas (jornais, plásticos), recipientes com água, panos ou rolos de papel para limpeza, batas, luvas.

Descrição da atividade

A atividade consiste na criação coletiva de um painel com recurso à técnica de pintura. Para a sua criação os/as participantes são convidados/as a refletir e a representar visualmente os temas do tempo, mitos, natureza, vida e escolhas.

Após uma breve introdução ao tema propõe-se a realização de um brainstorming, através do qual os/as participantes, pela livre associação ideias, procurem estabelecer ligações entre os temas apresentados.

Os participantes exploram os materiais disponíveis e iniciam a pintura em conjunto, respeitando o espaço e as ideias uns dos outros. A obra final resultará numa expressão artística coletiva, que será posteriormente apresentada à comunidade (ex. numa exposição), bem como as reflexões acerca da temática abordada.

Cada participante pode partilhar acerca da sua experiência criativa, e a relação que estabeleceu com os temas sugeridos. Esta partilha pode ser o mote para lançar um debate na comunidade. Para isso serão convidados familiares, idosos e outros elementos da comunidade local, que com as suas diferentes perspetivas enriquecerão as reflexões coletivas.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

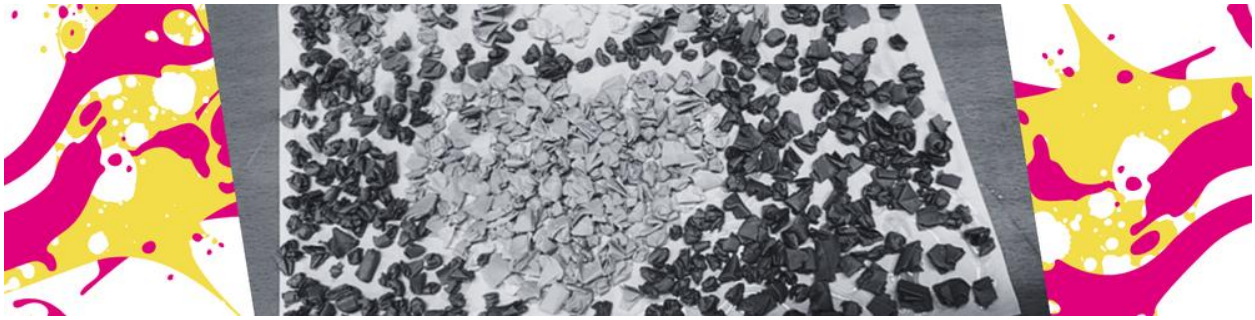
Competências pessoais, sociais, emocionais e cognitivas: pensamento crítico e reflexão sobre conceitos abstratos, trabalho em equipa e cooperação, respeito pela diversidade e pelas opiniões dos outros.

Competências artísticas: expressão criativa e artística, comunicação visual e simbólica, sentido estético e capacidade de observação.

Benefícios

- Estímulo à criatividade e imaginação.
- Fortalecimento dos laços comunitários.
- Promoção da inclusão e valorização das diferenças.
- Desenvolvimento da sensibilidade artística.
- Melhoria da autoestima e da confiança.
- Criação de um produto artístico coletivo com valor simbólico e social.simbólico e social.

#31 PapelArte



Projeto

Geração Tecla – E9G

Contacto

dbraga.geracaotecla.e9g@cruzvermelha.org.pt

Palavras-chave

Arte infantil · Expressão Plástica · Colagem · Criatividade · Desenvolvimento motor · Cores · Linguagem visual.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade e sensibilidade estética através expressão artística das crianças.

Desenvolver a motricidade fina através da manipulação do papel.

Explorar o uso da cor e da composição visual.

Trabalhar a concentração e a paciência em atividades manuais.

Promover o trabalho artístico como forma de comunicação e expressão emocional.

Promover momentos de relaxamento e foco nas tarefas.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: recorte e colagem.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras, bem iluminado e arejado.

Materiais

Papel de cores variadas (papel crepe e/ ou cartolinas de várias cores), papel reciclado, cola branca, cartolina branca A4 para suporte, lápis, tesoura, moldes (opcional).

Descrição da atividade

Cada criança receberá uma cartolina branca e papéis de várias cores para rasgar ou cortar em pequenos pedaços e amassar.

A proposta é criar uma imagem (ex.: o sol, um coração, ou outro elemento) através da colagem desses papéis em relevo, utilizando cola branca. Podem começar por desenhar livremente ou com recurso a moldes, a forma desejada e iniciar a colagem dos pedaços de papel no interior da mesma.

De seguida é sugerido que preencham o fundo envolvente, escolhendo uma das outras cores dos papeis disponíveis. A ideia é a de começar por preencher o centro, e de seguida passar para o espaço que o envolve.

A criação pode ser feita individualmente ou em grupos, utilizando-se para o fundo folhas de cartolina de tamanho maior.

No final pode ser proposto que partilhem acerca das sensações vivenciadas durante o momento de criar (desenhar, rasgar, recortar, amassar e colar) e acerca do resultado final e dos significados que lhes atribuem.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

competências pessoais, sociais e cognitivas: capacidade de concentração e foco, coordenação motora fina, respeito e cooperação em grupo.

Competências artísticas: comunicação artística e visual, resolução criativa de problemas.

Benefícios

- Fomenta a autoexpressão e autoestima.
- Desenvolve a sensibilidade estética através da composição e cor.
- Estimula a criatividade e a imaginação.
- Reforça o sentimento de realização pessoal e coletiva.
- Contribui para o um estado de relaxamento e bem-estar emocional.

#32 Pensa e Cria

Projeto

Monte Dentro – E9G

Contacto

montedentro.e9g@terrasdentro.pt

Palavras-chave

Autoconfiança · Autoconhecimento · Expressão emocional · Pertença.

Destinatários

Crianças, jovens e adultos.

Objetivo/s

Promover a expressão emocional e autoconfiança.

Desenvolver habilidades cognitivas.

Estimular a criatividade.

Desenvolver o sentimento de pertença.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: fotografia, desenho, recorte e colagem.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Fotografias impressas em tamanho A3, papel vegetal lápis de carvão, cartão A3, tintas guache de várias cores, pincéis, cola, tesouras, pedaços de tecido, botões, lãs, azulejo...

Descrição da atividade

Cada um/a dos/as participantes, escolhe a partir de pesquisa na internet, uma imagem de um monumento, paisagem ou lugar especial do Concelho onde reside.

Procede à impressão da fotografia em tamanho A3, passando para papel vegetal, as formas da imagem através de desenho e de seguida para a base de cartão.

Na fase seguinte, preenchem a imagem, através de pintura e colagem dos diferentes materiais disponíveis.

No final é proposta uma reflexão conjunta, de partilha das criações e dos lugares especiais que cada um/a criou bem como dos seus significados afetivos.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências socio emocionais, cognitivas e artísticas: comunicação emocional, autoconhecimento, autoconfiança, relação de grupo, pertença, motricidade fina, foco e atenção.

Benefícios

- Desenvolvimento do sentimento de pertença ao território de residência.
- Maior autoconhecimento e autoconfiança.
- Diminuição de estados de ansiedade e depressão.
- Melhoria da comunicação emocional e relacionamento interpessoal no grupo.
- Estímulo da destreza manual, do foco e concentração.

#33 Pinta o que sentes – "Monstro das Emoções"

Projeto

Universo das Oportunidades – E9G

Contacto

universodasoportunidades.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Emoções · Criatividade · Colagem · Expressão artística · Autoconhecimento.

Destinatários

Crianças dos 6 aos 10 anos.

Objetivo/s

Criação de um espaço seguro de partilha e escuta ativa entre pares, com supervisão empática de técnicos do projeto.

Promover o reconhecimento e expressão das emoções.

Estimular a criatividade e a imaginação.

Desenvolver competências sociais e emocionais através da arte.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: desenho, pintura, recorte e colagem.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Folhas com o desenho do "mostro das cores"[10], revistas antigas, tesouras sem ponta, cola, lápis de cor, marcadores, tintas guache, pincéis.

Descrição da atividade

É proposto a cada criança que crie o seu "Monstro das Emoções", através da colagem de recortes de revistas, do desenho e pintura, utilizando os materiais disponíveis. O monstro deverá expressar uma ou mais emoções "Como se estão a sentir?" (ex.: alegria, raiva, medo, tristeza, amor).

No final, cada criança partilha com o grupo o que o seu monstro representa, que emoções identificam e como lidam com elas, aflorando as suas vivências pessoais com foco na partilha de estratégias entre os pares.

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais, sociais e emocionais: expressão emocional, criatividade, comunicação interpessoal, motricidade fina.

Benefícios

- Desenvolvimento da capacidade de autorregulação emocional.
- Reconhecimento de compreensão das suas emoções e das dos outros.
- Fortalecimento da autoestima.

[10] Anexo 3

- Criação de laços afetivos entre os/as participantes.
- Promoção de um ambiente de empatia e respeito.

#34 Pintura Abstrata

Projeto

UniBairro-E9G

Contacto

unibairro.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Tinta acrílica · Palhinhas · Arte · Pintura · Abstrato · Criatividade.

Destinatários

Crianças e jovens dos 6 aos 25 anos.

Objetivo/s

Estimular e desenvolver a imaginação e a criatividade através da exploração de técnicas artísticas alternativas.

Estimular a expressão emocional, de forma que, através da pintura, das formas e das cores, os/as participantes possam expressar os seus sentimentos e emoções.

Estimular a capacidade de concentração e foco.

Promover o desenvolvimento da motricidade fina.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura através de sopro de palhinhas.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Tintas acrílicas de variadas cores, folhas de papel cavalinho A3, A4 ou cartolinas, palhinhas de plástico, pincéis, recipientes para água, toalhitas.

Descrição da atividade

A atividade pressupõe a criação criativa de um desenho, figura, forma, paisagem ou outro, com recurso à utilização de palhinhas de plástico para sua conceção.

Começa-se por propor aos/as participantes que escolham uma paleta de cores a utilizar na sua "tela", e que diluam as tintas com um pouco de água, com a ponta do pincel e espalhem manchas de cor pela tela.

De seguida vão soprar as tintas em várias direções, de forma abstrata utilizando uma palhinha, construindo figuras e criando de um modo totalmente livre.

No final é proposto que observem as imagens que foram emergindo e partilhem com o grupo, o que essas imagens lhes dizem (ideias, pensamentos, sensações, sentimentos).

Medidas

Medida I – Educação, Formação e Emprego.

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências cognitivas: concentração, foco e imaginação.

Competências sociais e emocionais: criação livre de julgamentos, liberdade de expressar sentimentos e emoções, reconhecimento do eu e do outro).

Competências motoras: motricidade fina.

Competências de comunicação: expressão não verbal.

Competências criativas: perceção, sentido estético e criatividade.

Benefícios

- Facilita a expressão emocional.
- Melhora as capacidades de comunicação.
- Reforça a autoestima.
- Estímulo sensorial e cognitivo.
- Desenvolve a capacidade de foco e concentração.
- Estímula a criatividade e imaginação.
- Incentivo à liberdade de criar livremente, sem julgamentos.

#35 Pintura com materiais naturais

Projeto

HART Lagoa - E9G

Contacto

hartlagoa.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Criatividade · Liberdade · Amor · Amizade.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade.

Desenvolver a sensibilidade tátil.

Valorizar a natureza como fonte de inspiração.

Proporcionar o acesso à arte e à criação artística de forma livre e acessível.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: pintura e colagem com a manipulação de materiais naturais.

Espaço

Espaço amplo em sala ou no exterior (preferencialmente).

Materiais

Tela, cola branca, tintas guache, cascas de ovos, flores, terra e pincéis.

Descrição da atividade

A atividade é realizada em grupo, com uma tela de grandes dimensões colocada no centro, acessível a todos/as.

Inicia com um momento de exploração livre dos materiais naturais e artísticos disponíveis: tintas, flores, terra, cascas de ovos, pincéis, entre outros, procurando-se incentivar o contacto sensorial e a curiosidade dos/as participantes.

De seguida é proposto que as cascas de ovos sejam pintadas individualmente com diferentes cores e padrões, deixando espaço à criatividade de cada um/a. Após secarem, são partidas manualmente e os pedaços integrados na composição coletiva, colando-os sobre a tela como elementos decorativos e texturais.

A pintura desenvolveu-se com a utilização de tintas e dos vários materiais naturais: flores e terra, promovendo a experimentação e a liberdade criativa. A intervenção do grupo deve ser livre e simultânea, fomentando a colaboração, a partilha de ideias e a construção conjunta de uma obra visual.

A equipa técnica acompanha todo o processo, apoiando a organização, incentivando o respeito pelo espaço comum e sugerindo abordagens criativas.
A atividade termina com uma breve conversa sobre o processo (desafios/ experiências emocionais) e a obra criada.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e emocionais: capacidade para comunicar emoções, pensamentos e vivências através de formas não verbais.

Competências motoras: motricidade fina e coordenação visuo-motora.

Competências artísticas: capacidade de escolha dos materiais, organização da composição e resolução de desafios durante o processo criativo.

Benefícios

- Promove a exploração livre de materiais e técnicas artísticas.
- Valorização da natureza como fonte de inspiração.
- Desenvolve a imaginação e a criatividade.
- Fomenta a cooperação em grupo.
- Potencia a redução da ansiedade e a promoção do bem-estar emocional.

#36 Quem fomos e quem somos

Projeto

Giro Ó Bairro - E9G

Contacto

giroobairro.e9g@inpulsar.pt

Palavras-chave

Memória · Fotografia · Tempo · Rostos · Pessoas · Inclusão Social · Pertença.

Destinatários

Crianças e Jovens, familiares e outros.

Objetivo/s

Empoderar as crianças e jovens, do território de intervenção, reforçando no processo a sua autoestima.

Sensibilizar para a importância das crianças e do seu desenvolvimento saudável.

Valorizar a cultura e a presença da comunidade cigana no território.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: fotografia.

Espaço

O espaço deve ser próximo do Bairro/ território de intervenção, para que possa responder ao objetivo de empoderar as crianças e jovens, uma vez que vão poder ver-se sempre que passam por ele. Sendo um espaço urbano, tem de ser numa infraestrutura na qual seja autorizado de expor as fotografias, e com alguma escala.

Caso não seja dada a respetiva autorização, a sugestão será utilizar um suporte de colocação alternativo, como placas em MDF, para a colagem das fotografias de modo, a que sejam expostas de forma itinerante, num espaço interior ou exterior como na escola ou na sede de projeto.

Materiais

Papel de impressão com 80g/100g, tamanho A2 para as fotografias, cola para paredes, bases MDF, registos fotográficos do projeto, máquina fotográfica, computador.

Descrição da atividade

A atividade inicia com a seleção das fotografias do "quem fomos", que constam no arquivo fotográfico do projeto, numa primeira fase pela equipa técnica, de forma a procurar uma narrativa coletiva. Após esta fase, são visualizadas pelas crianças, jovens e familiares que selecionam aquelas que lhes fazem sentido integrar na exposição.

De seguida, é proposto a realização do registo fotográfico das mesmas pessoas que constam no registo fotográfico, para criar o "quem somos", ou seja, o registo fotográfico atual inspirado no mesmo cenário, movimento ou companhia da fotografia "quem fomos".

Este registo pode ser realizado pelos próprios participantes com apoio da equipa técnica, por exemplo com recurso a máquinas fotográficas descartáveis.
Sugestão: fazer o registo fotográfico dos/as participantes mais recentes para continuar a criar um acervo fotográfico do projeto para o futuro.

Depois de selecionadas as fotografias, atuais e aprovadas por todos/as os/as intervenientes, estas serão impressas em papel branco A2 80g/100g, e, sendo aprovado o

local para a sua exposição, serão fixadas nas paredes com a colaboração de todos os participantes (crianças e familiares).

A atividade pode terminar com uma apresentação pública, estando presentes as crianças, jovens e familiares envolvidos em todo o processo criativo, bem como outros elementos da comunidade, assim como podem ser convidadas entidades parceiras e outras com intervenção no território.

Durante esta apresentação, as crianças, jovens e familiares, partilham com todos as suas reflexões, sobre a temática da exposição.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

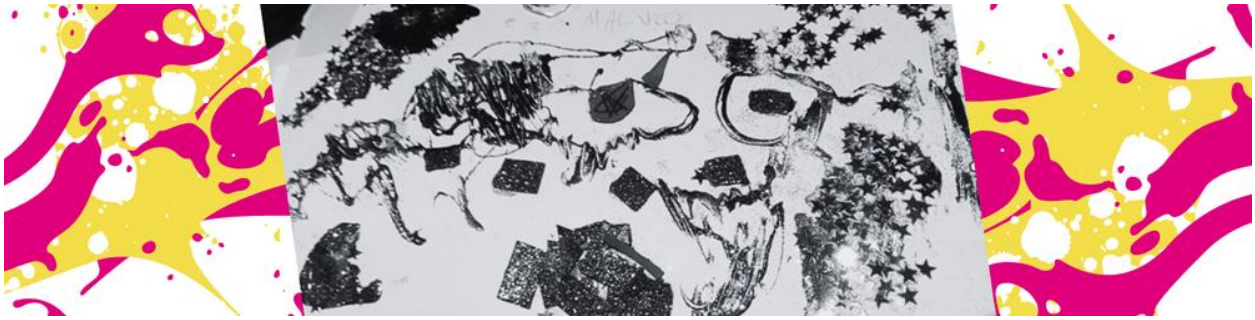
Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: autoconhecimento, autoestima, autoconfiança, valorização da história coletiva, colaboração e espírito de equipa.
Competências artísticas: observação e perceção visual, experimentação e exploração de novas formas de expressão artística.

Benefícios

- Valorização do EU através da exposição de um património que evoca memórias e pessoas.
- Aumento da autoestima e autoconfiança das crianças e jovens.
- Reforço do espírito de cooperação e trabalho em equipa.
- Desenvolvimento de habilidades cognitivas.
- Valorização do património fotográfico do projeto, e das memórias construídas pelos seus participantes.

#37 Rasgar Emoções



Projeto

BANTU a Crescer– E9G

Contacto

bantuacrecer.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Rasgar · Colar · Destruição · Reparação · Autocuidado.

Destinatários

Crianças e jovens dos 6 aos 12 anos.

Objetivo/s

Estimular o brincar com a criatividade.

Promover a reutilização de materiais.

Potenciar a exploração, identificação e expressão de emoções.

Trabalhar a capacidade de integração, organização afetiva.

Estimular a possibilidade de dar novos significados a vivências/ sentimentos.

Linguagens artísticas

Artes Visuais: recorte e colagem.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras.

Materiais

Revistas, jornais, restos de papel com diversas texturas e cores, colas, tesouras, purpurinas, folhas A3, papel cavalinho de diferentes cores.

Descrição da atividade

Começar por colocar todos os materiais acessíveis aos participantes, e propor que criem livremente.

Os/ as participantes podem utilizar a técnica de rasgar papel e/ ou recortar as formas desejadas.

Demonstrar a técnica de rasgar, incentivando à experimentação de forma tornar mais fácil a libertação de emoções contidas. Rasgar ou recortar deve ficar à escolha de cada um/a dos/as participantes de forma a sentirem-se confortáveis com a técnica artística a utilizar.

No momento seguinte é proposto que escolham os pedaços/formas de papel rasgado/ recortado e componham uma imagem colando esses pedaços numa folha de desenho da cor escolhida por cada um/a. Podem ainda embelezar a criação com purpurinas.

No final partilham as criações com o grupo, salientando as emoções e sentimentos vivenciados durante o processo criativo.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais: expressão emocional, comunicação assertiva, autoconhecimento, autocuidado.

Benefícios

- Estimula a experimentação e improvisação criativa.
- Desenvolve habilidades motoras (motricidade fina).
- Potencia a reparação afetiva através de movimentos de destruição/ reconstrução.
- Permite dar novos significados a vivências e sentimentos.

Dança e Movimento

#38 Danç´Arte

Projeto

Sem Diferenças – E9G

Contacto

semdiferencas.e9g@caritascoimbra.pt

Palavras-chave

Dança tradicional · Intergeracionalidade · Diversidade · Inclusão Social.

Destinatários

Crianças e jovens, familiares e idosos.

Objetivo/s

Incentivar a interação entre crianças, famílias e idosos.

Estimular a comunicação e partilha de culturas através da dança.

Promover a diversidade e a inclusão social.

Linguagens artísticas

Dança e Movimento: danças tradicionais.

Espaço

Espaço amplo e sala de suporte para mudança de vestuário e adereços.

Materiais

Coluna, computador, playlist com músicas escolhidas pelos/as participantes, projetor, adereços e acessórios.

Descrição da atividade

A proposta será a de os/as participantes do projeto dançarem algumas músicas tradicionais dos seus países de origem, em conjunto com familiares e idosos (avós e/ou idosos institucionalizados).

As crianças e jovens escolhem entre elas músicas tradicionais dos seus países de origem (no nosso caso Nepal e Portugal), assim como outras músicas ao seu gosto. Após a escolha, dedicam-se à criação de coreografias e ao visionamento de vídeos para recriarem as danças tradicionais (ex. rancho).

Podem também selecionar algumas fotografias que irão projetar na parede do local onde se realizará a apresentação das danças ensaiadas.

Na fase seguinte, as crianças e jovens (e se possível já em conjunto com familiares e idosos), ensaiam as coreografias e simultaneamente idealizam e confecionam em conjunto os acessórios e vestuário de acordo com as danças.

No final pode realizar-se uma apresentação das coreografias criadas, preferencialmente em instituição de idosos (Centros de Dia, Residências) ou em qualquer local da comunidade local.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências para o diálogo intercultural e a diversidade: aprender a preservar as tradições e culturas de diferentes comunidades e gerações, diálogo Intercultural e respeito pela diversidade.

Competências pessoais e sociais: criatividade, imaginação, comunicação interpessoal e intergeracional.

Benefícios

- Estímulo à expressão corporal como forma de comunicação.
- Desenvolvimento físico, emocional e cognitivo através da dança e movimento.
- Partilha de culturas e respeito pela diversidade.
- Estímulo à criatividade e imaginação em grupo.

#39 Dançando o mar

Projeto

Vi(r)agem – E9G

Contacto

viragem.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Dança · Movimento · Fluidez · Criatividade.

Destinatários

Crianças e jovens dos 10 aos 14 anos.

Objetivo/s

Desenvolver a consciencialização corporal e espacial.

Promover diferentes formas de expressão criativa.

Desenvolver a capacidade de interpretação de diferentes emoções através da dança.

Linguagens artísticas

Dança e Movimento: expressão corporal.

Espaço

Espaço amplo com possibilidade de mobilidade.

Materiais

Coluna de som, seleção de músicas alusivas à temática “Mar”, plásticos de cobertura para móveis (transparente) um para cada participante) e um plástico inteiro.

Descrição da atividade

Iniciar a atividade com pequenos exercícios de movimentação corporal, como forma de aquecimento e apropriação da temática, livremente ou com pequenas orientações (passear à beira-mar, tocar a água com a ponta dos dedos dos pés e depois das mãos, mergulhar, atirar água ao ar, etc.).

Introduzir na dinâmica os plásticos, promovendo inicialmente uma exploração livre.

Na fase seguinte dar orientações para exploração de movimentos (fazer só movimentos com o plástico acima da altura do corpo, fazer movimentos com o plástico da cintura para baixo, movimentar os plásticos com os braços, movimentar os plásticos com as pernas, deixar o plástico movimentar-se pelo corpo, tentar manter os plásticos no ar com pequenos toques, tocar nos plásticos com diferentes partes do corpo, etc.).

Terminada esta fase de exploração, dar indicações associadas a emoções (alegria - movimentar os plásticos com saltos; tristeza – movimentar os plásticos muito lentamente; raiva – abanar os plásticos com vigor, etc.).

Preparar e treinar uma pequena coreografia simples e com movimentos amplos, utilizando os plásticos, escolhida pelos/as participantes com orientação dos técnicos.

No final, terminar com um momento de relaxamento, utilizando o plástico grande. O grupo posiciona-se em círculo, e cada participante segura uma ponta do plástico, sendo lhes proposto começar por realizar movimentos muito rápidos (plástico movimenta-se como as ondas do mar revolto), e ir dando orientações para abrandar os movimentos, assim como a respiração (o mar que acalma).

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais e criativas: motricidade grossa, mobilidade corporal, concentração, criatividade, capacidade de expressão, cooperação.

Benefícios

- Fomenta uma maior consciencialização corporal e espacial.
- Desenvolve a capacidade de expressão emocional.
- Promove a desinibição e o desenvolvimento da criatividade.
- Desenvolve a capacidade de adaptação a novas experiências que exigem sair da sua zona de conforto.
- Desenvolve a aptidão/controlo ao nível da motricidade grossa (controlo corporal).

#40 IN_ART

Projeto

Projeto ST – E9G

Contacto

projetost.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Música · Dança · Interculturalidade · Partilha cultural · Inclusão social.

Destinatários

Crianças e jovens.

Objetivo/s

Promover a interculturalidade através de diversas formas de expressão, como música, dança e/ou teatro.

Proporcionar oportunidade de acesso a atividades artísticas, num ambiente criativo e inclusivo, onde diferentes culturas podem ser exploradas e celebradas de maneira interativa.

Contribuir para a construção de uma sociedade mais aberta, respeitosa e enriquecida pela diversidade cultural.

Linguagens artísticas

Dança e Movimento: dança estilo Hip-Hop e danças tradicionais do Nepal, com a criação de coreografias individuais e coletivas.

Espaço

Sala ampla com ou sem espelhos e piso adequado para dança.

Materiais

Sistema de som e equipamentos de reprodução musical (colunas, colunas portáteis, computador/tablet para playlists), vestuário e adereços para atuações (roupa de dança urbana e trajes tradicionais nepaleses).

Descrição da atividade

Os/ as participantes têm acesso a aulas particulares de dança no estilo Hip-Hop, orientadas por uma professora de dança, com experiência na área e na dinamização de grupos multiculturais.

Além disso, foi criado um grupo específico com jovens oriundas do Nepal, que desenvolvem coreografias inspiradas nas danças tradicionais nepalesas, permitindo a preservação e partilha da sua identidade cultural.

Os grupos são organizados por faixas etárias e níveis de experiência, integrando crianças e jovens de diferentes nacionalidades, o que dá origem a coreografias dinâmicas, criativas e interculturais.

O trabalho desenvolvido é regularmente apresentado em eventos culturais e festividades locais e regionais, contribuindo para a visibilidade dos participantes e para o diálogo entre culturas.

Nota: a atividade pode ser reproduzida com grupos de crianças e jovens de várias idades e nacionalidades, com a opção de estilos de música diversificada, podendo ser eles/as

próprios/as a criar as coreografias autonomamente ou com apoio de qualquer elemento da equipa técnica dos projetos.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências artísticas e criativas: criatividade, comunicação performativa, expressão corporal livre.

Competências pessoais e sociais: autoestima, sentimento de pertença, identidade pessoal e coletiva, motivação escolar e pessoal, trabalho em grupo, empatia e respeito pela diversidade.

Benefícios

- Liberdade de expressão corporal e fortalecimento da identidade cultural, individual e coletiva.
- Estímulo à criatividade.
- Reforço da autoestima e do sentimento de pertença.
- Desenvolvimento de competências interpessoais, como cooperação, empatia e respeito pela diversidade.
- Promoção da inclusão social.
- Criação de rotinas estruturadas de ocupação positiva dos tempos livres.
- Aumento da motivação escolar e pessoal.
- Fortalecimento de competências expressivas, comunicacionais e performativas úteis em múltiplos contextos sociais e educativos.
- A atividade pode resultar em espetáculos públicos em diferentes eventos culturais, proporcionando aos/às participantes a oportunidade de partilhar as suas experiências e talentos com a comunidade.

#41 Mexer a Pintar

Projeto

No Coração do Bairro – E9G

Contacto

nocoracaodobairro.e9g@gmail.com

Palavras-chave

Criatividade · Movimento · Coordenação Motora.

Destinatários

Crianças e Jovens.

Objetivo/s

Estimular a criatividade espontânea e coletiva.

Desenvolver o equilíbrio e a coordenação motora.

Promover o trabalho em equipa.

Linguagens artísticas

Dança e Movimento: movimento e artes visuais: criação de um desenho através do movimento corporal.

Espaço

Espaço ao ar livre, com árvores.

Materiais

Slackline[11] instalada entre duas árvores, papel de cenário, tintas guache, pincéis e recipientes para água, panos de limpeza, fita cola para fixar o papel na parede.

Descrição da atividade

A atividade começa com a travessia de uma "slackline" (fita de nylon esticada entre dois pontos fixos), sobre a qual os/as participantes caminham com ou sem ajuda, desenvolvendo equilíbrio e concentração.

Um a um, por ordem de fila, os participantes percorrem a "slackline" até chegar a uma parede onde estarão colocados o papel cenário, as tintas e os pincéis. Ao chegar, o/a participante deve desenhar algo de forma imediata e intuitiva – apenas um risco, rabisco ou traço simples – sem tempo para pensar ou planear.

Após todos/as terem participado duas vezes, o grupo reúne-se à frente do mural. A partir dos diversos traços feitos de forma espontânea, os/as participantes são convidados/as a colaborar, imaginar e construir, em conjunto, um mural criativo, atribuindo significado às formas e unindo-as de forma livre e expressiva.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências pessoais e sociais: coordenação motora e equilíbrio, rápida tomada de decisão e espontaneidade, cooperação, comunicação, trabalho em grupo, autoconfiança e valorização pessoal.

Competências artísticas: criatividade e expressão artística.

[11] Slackline é um desporto de equilíbrio que utiliza uma fita de nylon esticada entre dois pontos fixos, permitindo ao praticante andar e fazer manobras.

Benefícios

- Estimulação da criatividade espontânea.
- Promoção da arte como processo e não apenas como produto.
- Integração de diferentes linguagens de expressão criativa.
- Desenvolvimento da autoestima e autoconfiança.
- Melhoria da coordenação motora e controlo corporal.
- Promoção da cooperação e do respeito mútuo.

#42 O Não-Lugar

Projeto

JUMP – E9G

Contacto

jump.e9g@beiraserra.pt

Palavras-chave

Solidariedade · Não-consumismo · Identidade Coletiva · Identidade Online · Criatividade· Inteligência Artificial.

Destinatários

Crianças e jovens a partir dos 10 anos.

Objetivo/s

Promover a reflexão sobre o não lugar e a importância da diferença e da incerteza na nossa adaptação aos lugares que percorremos.

Desenvolver a capacidade de pensamento crítico sobre a sociedade em que vivemos.

Sensibilizar para a importância de nos sentirmos bem no lugar que ocupamos.

Incentivar o uso da Inteligência Artificial de forma criativa.

Estimular a imaginação e criatividade.

Linguagens artísticas

Dança e Movimento: peça teatral de dança.

Artes Visuais: desenho, pintura e costura.

Escrita Criativa.

Espaço

Espaço amplo com mesas e cadeiras para preparação da peça.
Auditório para a apresentação.

Materiais

Cartão, colas, cola quente, tesouras, fita-cola, lápis de cor, canetas de feltro, tintas guache, réguas, sacos de compras, máquina de costura, linhas, tecidos, máscaras, adereços, lençóis, cartolinas, giz, molas, suporte para as cartolinas, equipamento de som e luz e computadores com acesso à internet.

Descrição da atividade

Preparação: é proposto aos/às participantes, uma dinâmica de escrita criativa, inspirada na obra “O Principezinho”, a partir da qual as crianças e jovens criam várias visões sobre o mundo em que vivem.

De seguida, recorrendo às ferramentas digitais de Inteligência Artificial são criados mundos virtuais e imaginários para sensibilizar a comunidade em geral para os comportamentos humanos e a crescente individualidade no nosso quotidiano. São ainda gravados áudios, pelas crianças e jovens, recorrendo a equipamento de som como gravador de voz e computador, para apresentar cada um dos mundos e, selecionadas músicas de fundo para a dramatização.

Em grupo vão ainda criar, com recurso aos vários materiais disponíveis, acessórios, adereços e elementos cénicos que representem os/as personagens e componham os cenários de cada um dos mundos criados, através da IA.

Apresentação: a peça inicia com os assistentes de bordo a fornecerem as informações para a mesma, já previamente gravadas através do gravador de voz. São, também, os assistentes de bordo que dão início à viagem de cada criança e jovem para o seu mundo imaginado, através de balcões de *check-in* criados com caixas de cartão.

O primeiro cenário da peça chama-se "*Praia Virtual*" onde tudo é perfeito e está conectado com as redes sociais, o mar está perfeito, as ondas não molham o telemóvel, nem a areia se cola nos pés. Neste cenário são utilizados adereços como o sol, ondas do mar, câmara fotográfica e balões de fala.

No segundo cenário "Paraíso das Inutilidades" são utilizados os sacos de compras para representar o consumismo exacerbado. Aqui, a falta de propósito é o maior compromisso. A proposta passa por embarcar numa jornada inesquecível cheia de objetos que não servem para absolutamente nada.

"*Polimora*" é o nome do terceiro mundo. Aqui há uma nova perspetiva de acessibilidade, na qual, se torna necessário outros modos de locomoção. A cidade de "Polimora" foi projetada com uma filosofia revolucionária onde todas as formas de movimento são igualmente valorizadas e facilitadas. Andar a pé é o verdadeiro desafio.

De seguida é o "*Vale dos Murmúrios*", no qual são utilizadas capas, para representar as almas penadas, sendo necessário os tecidos e máquina de costura para a sua criação. Foi também neste mundo que se formaram "placas" com os medos da adolescência. É um cenário onde acreditamos que a adolescência é meramente um obstáculo a ser superado o mais rapidamente possível, onde os adolescentes são enfrentados com os seus maiores receios.

O último mundo chama-se "*Teknara*" onde a Inteligência Artificial toma qualquer decisão. Neste mundo são usadas máscaras para representar os robôs. É a primeira cidade do mundo onde os algoritmos reinam e os humanos desfrutam da liberdade de não terem escolhas. "Teknara" é a cidade onde a IA toma as decisões para que as pessoas não as tenham que tomar.

A dança e movimento são fundamentais no decorrer desta peça, uma vez que, não existem falas, os/as jovens têm que se expressar através dos movimentos corporais, que representem as emoções, as vivencias e a história de cada um dos mundos imaginários.

Medidas

Medida II – Dinamização Comunitária e Cidadania.

Competências a desenvolver

Competências artísticas e culturais: criatividade, imaginação, técnicas de desenho, pintura, costura, expressão dramática através do movimento corporal e escrita criativa.

Competências pessoais e sociais: comunicação interpessoal, pensamento crítico, trabalho em equipa, adaptabilidade, resolução de problemas, relações sociais.

Benefícios

- Aumento da consciência e pensamento crítico.
- Desenvolvimento da expressão escrita e plástica.
- Desenvolvimento da motricidade fina através da criação de adereços.
- Desenvolvimento da motricidade grossa através do corpo e movimento.
- Estímulo da imaginação e da criatividade.
- Promoção da comunicação e relacionamento interpessoal.

Referências Bibliográficas

AMARAL, A.; VAZ, C. (2020). *Conta-me o que estás a sentir – 35 atividades de Arte-Terapia para ajudar as crianças a lidar com as emoções*. Lisboa: Manuscrito / Editorial Presença.

BRANCO, M. (2000). *Vida, Pensamento e Obra de João dos Santos*. Lisboa: Livros Horizonte.

JARREAU, P.; PAIN, M. (1996). *Teoria e técnica da arte-terapia – A compreensão do sujeito*. Porto Alegre: ArtMED.

LIEBMANN, M. (1994). *Exercícios de Arte-Terapia para Grupos*. São Paulo: Summus Editorial.

MARTINS, A. (2021). *Um cérebro à prova de cansaço*. Lisboa: Planeta.

MARTINS, A.; PEDROSA, J. (2018). *Cá Dentro – Guia para descobrir o cérebro*. Carcavelos: Planeta Tangerina.

MARTINS, D. (2018). *Arte-Terapia, Criatividade e Simbolismo*. Lisboa: Espiral Editora.

OSTROWER, F. (1977). *Criatividade e processos de criação*. Rio de Janeiro: Vozes.

PHILIPPINI, F. (2009). *Linguagens e Materiais Expressivos em arteterapia: Uso, Indicações e Propriedades*. Rio de Janeiro: Wak Editora.

QUILICI, C. (2019). *Processos de Criação, Cognição e Arte/Educação*. São Paulo.

READ, H. (2022). *Educação pela Arte*. Lisboa: Edições 70.

RIBEIRO, A.; VEIGA DELL'ANGLI, M. (2011). *Arte-Terapia: recursos afetivos em crianças com dificuldade de aprendizagem*. São João da Boa Vista: Pensamento Plural.

RUBIN, R. (2023). *O Ato Criativo: Um Modo de Ser*. Lisboa: Talento Intemporal.

STERN, A. (1974). *Uma Nova Compreensão da Arte Infantil*. Lisboa: Livros Horizonte.

VYGOTSKY, L. (2009). *A Imaginação e a Arte na Infância*. Lisboa: Relógio D'Água.

Agradecimento

Este eBook só foi possível graças à colaboração e dedicação de todos os profissionais, e equipas que, com entusiasmo e criatividade, partilharam as suas práticas e experiências.

Gostaríamos de deixar o nosso agradecimento a todos os projetos Escolhas que colaboraram para tornar este eBook de práticas artísticas possível. Cada proposta artística aqui apresentada, com a sua criatividade, contribuiu para enriquecer esta construção coletiva.

Que o espírito de partilha, cooperação e inspiração que guia a intervenção artística dos projetos Escolhas continue a multiplicar-se, fortalecendo redes, ideias e expressões artísticas transformadoras, deixando uma marca positiva e duradoura na vida de tantas crianças e jovens.

O contributo de cada projeto reflete-se na riqueza e diversidade das propostas aqui apresentadas, fortalecendo o objetivo de inspirar e apoiar outros profissionais na promoção do desenvolvimento criativo de crianças e jovens.

Anexos

Anexo 1 – Ficha Poesia a duas mãos

Anexo 2 – Esquema de origami (camisa)

Anexo 3 – O Monstro das Cores

Palavras obrigatórias para ambos _____:

_____ /_____ / _____

Palavras obrigatórias para _____:

_____ /_____ / _____

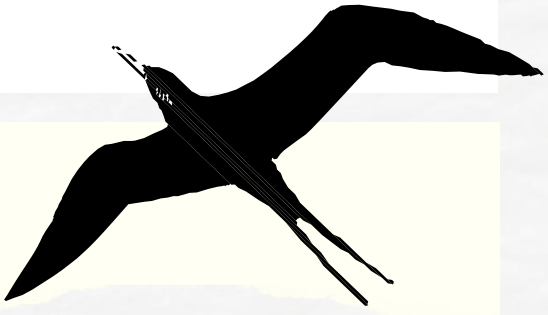
Palavras obrigatórias para _____:

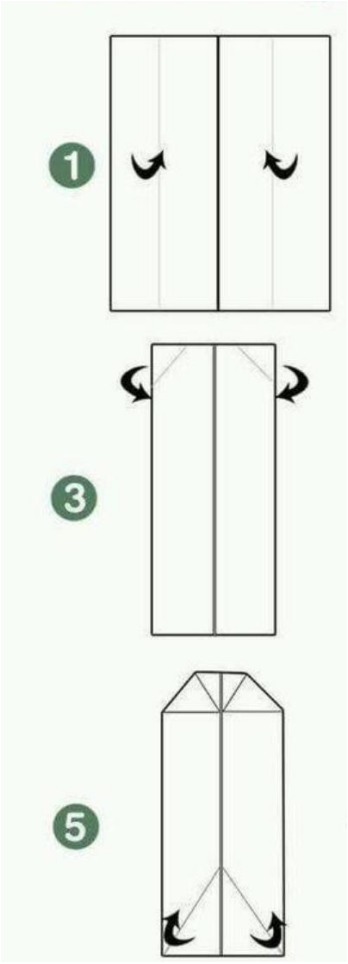
_____ /_____ / _____

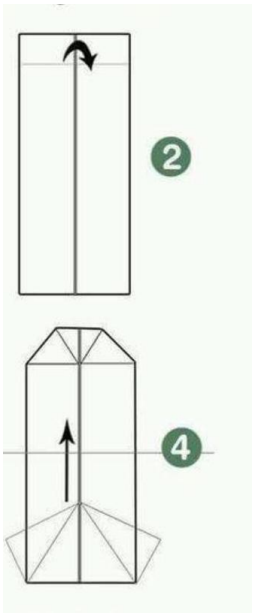
_____

_____

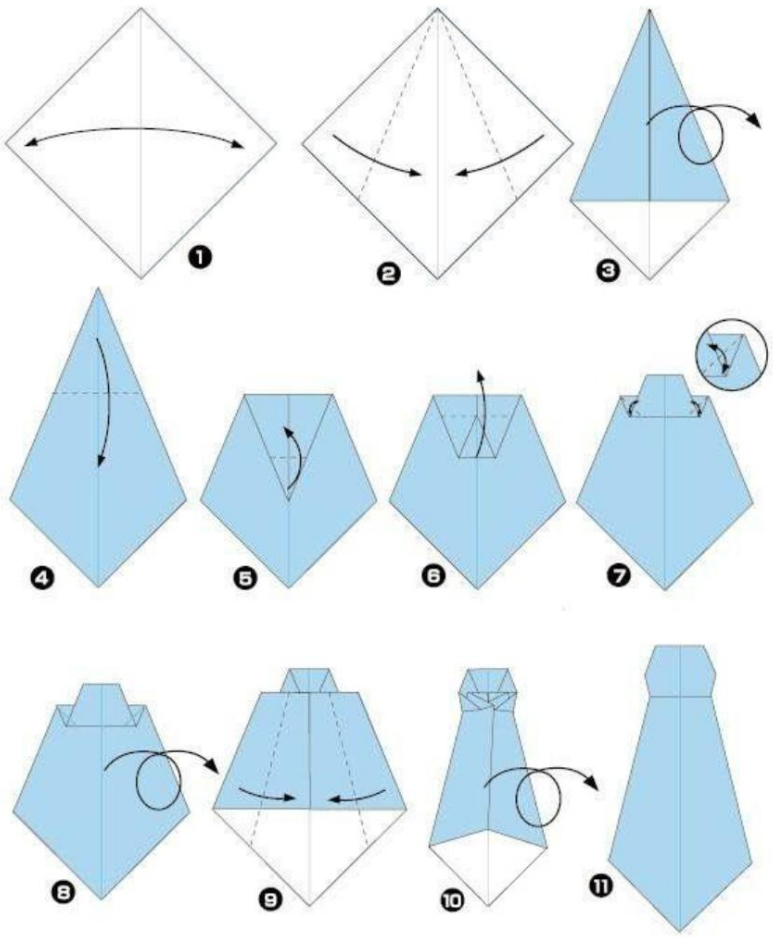
(Assinaturas)

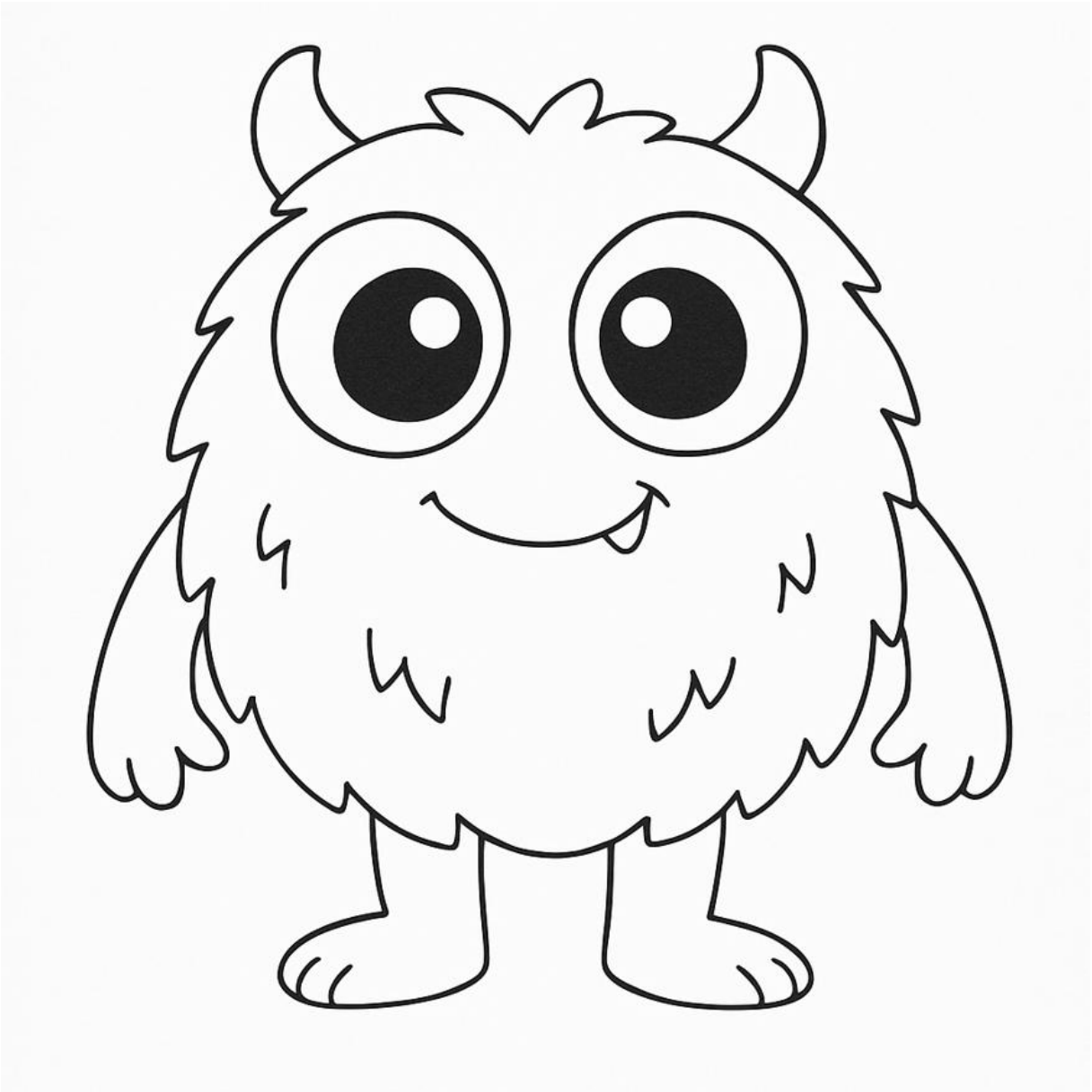


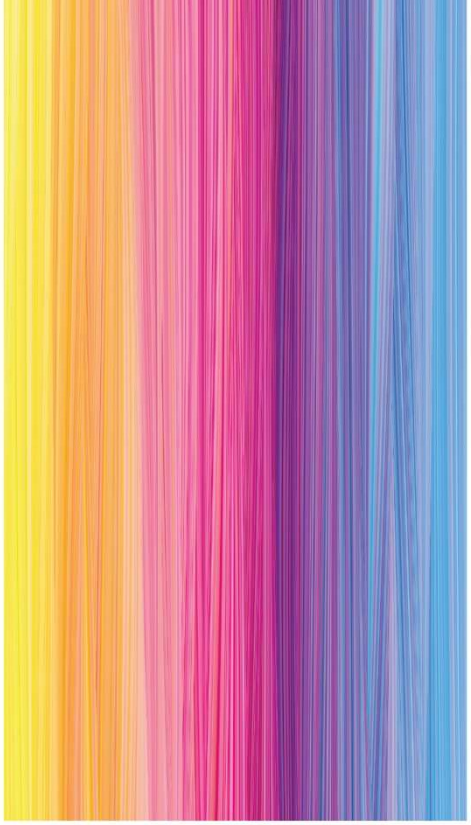

1
3
5


2
4

6


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11





INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE

PROGRAMA ESCOLHAS